



జ్ఞాన యోగం

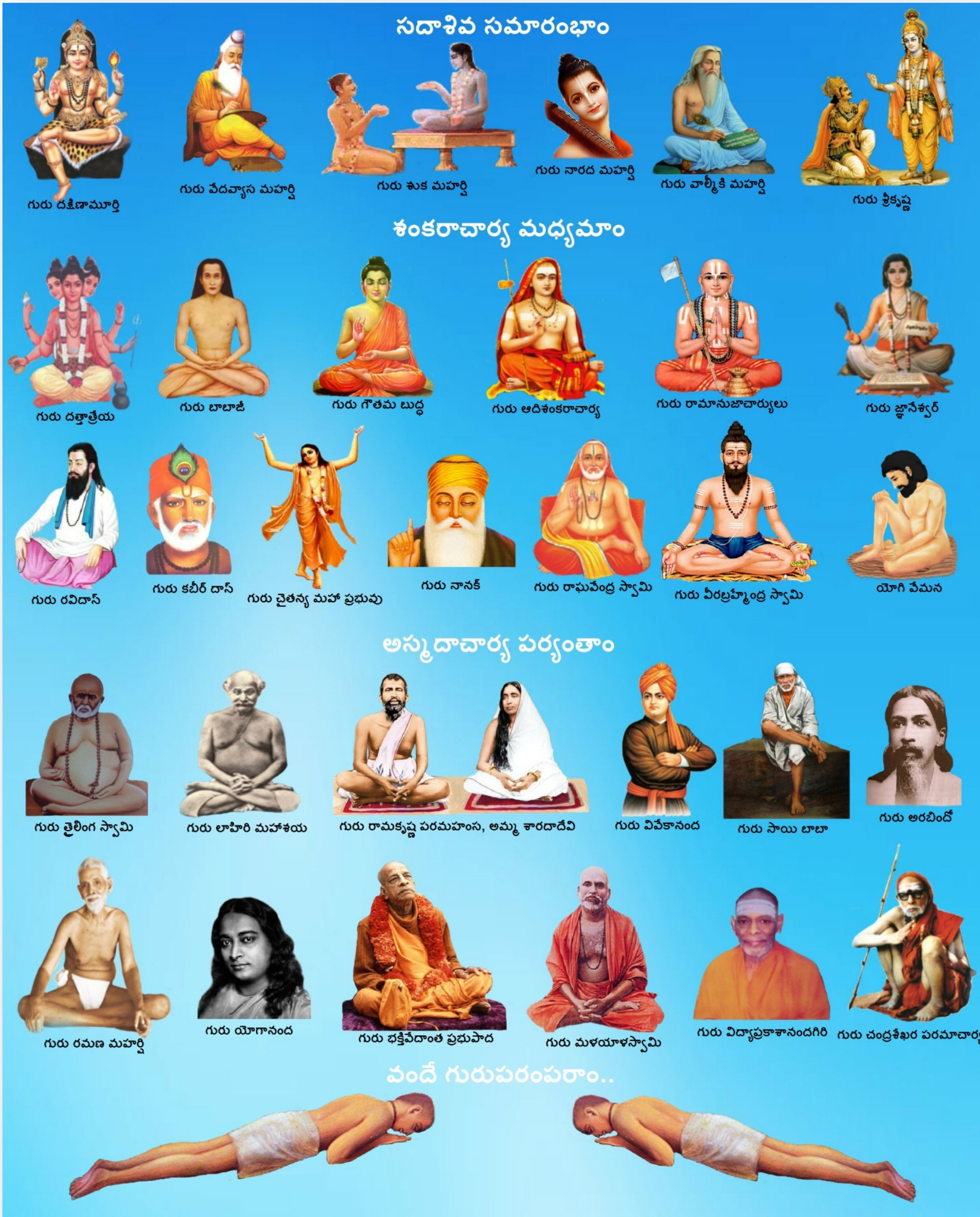
విచారణ

మానవుడే కర్త









సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి, అంతేగాక విలువైన గ్రంధాలు సరైన సంరక్షణ లేక కనుమరుగైపోతున్నాయి, కనుక మన అందరి కోసం భారత ప్రభుత్వం పురాతన ఆధ్యాత్మిక గ్రంధాలను సంరక్షించే నిమిత్తం ఎంతో శ్రమతో కంప్యూటరీకరణ ద్వారా ఒక చోట చేర్చుతూ ఆన్ లైన్ చేయటం జరిగింది. ఇటువంటి విలువైన జ్ఞాన సంపదను మరింత సులభంగా అందుబాటులోకి తీసుకురావటానికి సాయి రామ్ సేవక బృందం ఉడతా భక్తి గా ఇప్పటివరకి దాదాపు **5000** పుస్తకాలను వివిధ వర్గాలుగా విభజించి PDF(eBOOK) రూపంలో ఆన్ లైన్ లో ఉచితంగా అందించటం జరిగింది. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం అందించిన భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్(డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా http://www.new.dli.ernet.in), ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ వెబ్ సైట్(https://www.google.co.in), మైక్రోసాఫ్ట్ వెబ్ సైట్(http://www.microsoft.com) కు మేము ఋణపడివున్నాము.అలాగే ఇటువంటి బృహత్తర కార్యక్రమానికి పెద్ద మొత్తం లో గ్రంధాలను అందించిన తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానమునకు కూడా మనం ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్: http://www.new.dli.ernet.in లేక http://www.dli.ernet.in
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సేవక బృందాన్ని సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement

సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంద వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము.

ఈ గ్రంధపు భారత ప్రభుత్వ డిజిటల్ లైబ్రరీ గుర్తింపు సంఖ్య: 2020120000865

Sai**R**eal**A**ttitude**M**anagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయి నాథ పాద సమర్పణమస్తు *

భారత ప్రభుత్వపు వెబ్ సైట్ - డిజిటల్ లైబ్రరీ అఫ్ ఇండియా

http://www.new.dli.ernet.in



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

స్వామి వివేకానంద

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్న్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, జవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

అభినందన

మానవుడు స్వతంత్రుడా! అస్వతంత్రుడా? ఇది చిరకాలంగా తత్వవేత్తలను వేధిస్తున్న ప్రశ్న.

కొందరు మానవుడు అస్వతంత్రుడని అంటారు. ప్రకృతిలో ప్రతిది కార్యకారణబద్ధమై ఉంటుంది. ప్రతిది మరొకదానికి కారణమవుతుంది. అది వేరొకదానికి కారణమవుతుంది. ఈ కార్యకారణసూత్రం అనంతం. మానవుడు కూడ ప్రకృతిలో భాగమే కనుక అతడుకూడ కార్యకారణసూత్రబద్ధుడే. ఒకపని తాను తన ఇచ్ఛానుసారంగా చేస్తున్నానని మానవుడు భావించినప్పుడుకూడా, అతనికి తెలియకుండా అతనిపని అంతకుముందు చేసినపనినిబట్టి లేదా ఆలోచననుబట్టి నియతమై ఉంటుంది. "బుద్ధిః కర్మానుసారిణీ" అని ఆర్యోక్తి. శివాజ్ఞలేనిదే చీమైనా కుట్టదని సామెత. పూర్వజన్మలో చేసిన పనులనుబట్టే ఈ జన్మలో మనిషి చేసే పనులు ఉంటాయన్నది ఒకమత విశ్వాసం.

అయితే మరికొందరు మానవుడు స్వతంత్రుడని వాదిస్తారు. అతనికి free will నిర్ణయస్వేచ్ఛ వున్నదని భావిస్తారు. మంచిచెడులలో ఏదోఒకదాన్ని, నీతి అవినీతులలో ఏదోఒకదాన్ని ఎంచుకునే స్వేచ్ఛ మానవునికి ఎల్లప్పుడూ వుంటుందని వారి విశ్వాసం.

పాశ్చాత్య తత్వవేత్తలలో అస్తిత్వవాదం అనే ఒక
శాఖకు చెందినవారు ఈ నిర్ణయ స్వేచ్ఛావాదాన్ని
పరాకాష్ఠకు తీసుకువెళ్లారు. నిర్ణయస్వేచ్ఛ లేని మానవుడే
లేడని, నిజానికి మానవుడు స్వేచ్ఛాశాపగ్రస్తుడని
(Man is Condemned to be free) జాంపోల్ సార్త్ర అనే
తత్వవేత్త అభిప్రాయం.

నియతివాదం (డిటర్మినిజం) స్వేచ్ఛావాదం
(Freewill) ఈ రెండింటిలో ఏది నిజమనే ప్రశ్న ఎడ
తెగనిది.

జేమ్స్ ఎలెన్ అనే అమెరికన్ తత్వవేత్త తన
Man King of mind, Body and circumstence
అనే గ్రంథంలో మానవుడు స్వతంత్రుడు అనే వాదాన్ని
సమర్థించాడు. మానవుడు బాహ్యప్రపంచాన్ని తనకు
అనుగుణంగా మార్చలేకపోవచ్చు. కాని బాహ్యప్రపంచా
నికి అనుగుణంగా తన మనస్సును మార్చుకొని తాను
పెట్టుకున్న లక్ష్యాలను సాధించగలడు. మానవుడు నిస్సహా
యుడు కాడు, పరతంత్రుడు కాడు. అతడు తాను ఎటు
వంటివాడు కాగోరితే అటువంటివాడు కాగలడు. ఒక
మనిషి ఎప్పుడూ చెడు ఆలోచనలు చేస్తుంటే చెడ్డవాడుగా
అవుతాడు. మంచి ఆలోచనలు చేస్తుంటే మంచివాడుగా
అవుతాడు. ఆలోచనలను బట్టే ఆచరణ వుంటుంది.
మానవుడి ఆలోచనలు, అలవాట్లు, ఆచరణ, శరీరారోగ్యం
ఇవన్నీ అతడి స్వభావాన్ని నిర్ణయిస్తాయి. అతడి చుట్టూ

వున్న సాంఘిక పరిసరాలు ఎటువంటివైనా, వాటిని అతిక్రమించి తన భవిష్యత్తును, తన జీవితాన్ని తీర్చి దిద్దుకునే స్వేచ్ఛ అతనికి వుంది.

నీతిమంతుడు కాగోరినవ్యక్తి నీతిమంతాలైన ఆలోచనలు చేయాలి, అటువంటి అలవాట్లు అలవరచుకోవాలి. నైతికజీవనం నిరంతర సాధనవల్ల సాధ్యమవుతుంది.

వ్యక్తిజీవితంలో నైతిక నిష్ఠాప్రాధాన్యాన్ని జేమ్స్ ఎలెన్ పైన పేర్కొన్న ఇంగ్లీషు పుస్తకంలో చక్కగా వివరించారు. దాన్ని శ్రీ తిపిర్నేని లక్ష్మీనారాయణగారు హిందీ నుండి తెలుగులోకి అనువాదంచేశారు.

శ్రీ లక్ష్మీనారాయణగారు జిజ్ఞాసువు, ఆలోచనాపరులు. ఈ రోజులలో నైతికమూల్యాల పతనంపట్ల ఆవేదనచెందే స్వభావం కలవారు. సద్గ్రంథపఠనంవల్ల, సత్సాంగత్యంవల్ల జీవితం తీర్చిదిద్దుకున్నవారు. హిందీ ప్రచారకులు ఇదివరలో కొన్ని గ్రంథాలు వ్రాశారు. జేమ్స్ ఎలెన్ పుస్తకాన్ని "మానవుడే కర్త" అనే పేరుతో తెలిగించారు. అనువాదభాష సరళంగా తేటతెల్లంగా వుంది. అందుచేత ఎల్లరు ఆసక్తితో పఠించడానికి యోగ్యంగా వుంది. ఈ మంచిగ్రంథం తెలుగువారికి అందించినందుకు శ్రీ లక్ష్మీనారాయణగారిని అభినందిస్తున్నాను.

విజయవాడ
4-9-89

— **నండూరి రామమోహనరావు**
ఎడిటర్, ఆంధ్రజ్యోతి (దినపత్రిక)

కృతజ్ఞతలు

నిరంతర సంపాదకీయ కార్యనిమగ్నులయి యుండు ప్రసిద్ధపాత్రికేయులు, 'ఆంధ్రజ్యోతి' దినపత్రిక సంపాదకులు శ్రీనండూరి రామమోహనరావుగారు నేను కోరినంతనే యీ పుస్తకమునకు తొలిపలుకు వ్రాయుట కంగీకరించుటనుబట్టి వారి విశాలోన్నత సహృదయత తేటతెల్లమగుచున్నది. అట్లగుటవారికి నేను వినయవినమిత మస్తకముతో కృతజ్ఞతాభివందనములు సమర్పించుకొనుచున్నాను.

నాకు చిరకాలపరిచితులు, వేంకట్రామా అండ్ ప్రొప్రయిటరు శ్రీ ఈదర వెంకట్రామయ్యగారు పుస్తకాన్ని పఠించి ఆనందించి తన ప్రెస్సులో అచ్చువేయించి యిచ్చినారు. వారి యీ ఔదార్య ప్రశంసనీయము.

వారికి మనః పూర్వకంగా కృతజ్ఞతను తెలుపుకొనుచు సంతృప్తిజెందుచున్నాను. వారికి పరమేశ్వర పరిపూర్ణాయురారోగ్యముల ప్రసాదించుగాక !

20-9-89 తిపిర్నేని లక్ష్మీనారాయణ

రించు కార్యములనుబట్టియే ఫలితముండును. "ఏది విత్తు దువో అదే కోయుదువు" అను సామెత సార్వకాలికము. సార్వదేశికము. కారణమును బట్టియే కార్యముండును. మనము మన దురభ్యాసములను, దుర్గుణములను దూర మొనరించుకొని వాటి స్థానమున సదభ్యాసములను, సద్గుణ ములను అలవరచుకొనగలము. మనల మనమే ఉద్ధరించు కొనగలము, ఆత్మవిజయమందు అద్భుత శక్తి కలదు. ఆత్మ సంయమముద్వారా మనము మన జీవితమును సంస్కరించు కొందుమేని మనకు అపారానందము కలుగగలదు.

ప్రతి మనుష్యుడు తన ఆలోచనలద్వారా పరిమిత జీవనము గడుపుచుండును. కాని అతడు తన ఆలోచనల పరిధిని విస్తరింప జేసుకొనగలడు. అప్పుడాతని జీవన స్థాయి పెంపొందగలదు. అతడు తన నింద్యకుత్సితా లోచనలను త్యజించి ఉత్తమాలోచనలను స్వీకరింపగలడు. అతడు అధోగతినుండి ఊర్ధ్వగతికి ప్రాపింపగలడు. అప్పు డాతని శక్తి సామర్థ్యములు పెంపొందగలవు. ఆతని ప్రవర్తన ప్రకాశవంతమయి పరిసరముల ప్రభావితము గావించు

ను.

ష్యుడు తన ఆలోచనల కనుగుణముగనే అధ
ఉత్తముడుగనో రూపొందుచుండును. ఆతని
సంకుచితములగుచో ప్రపంచమంతయు
ముగనే కనబడును. ఆతని ఆలోచనలు
చో ప్రపంచమంతయు ఆతనికి వ్యాకో

చముగానే కన్పించును. మనుష్యుని చుట్టు ప్రక్కలగల ప్రతి వస్తువుమీద ఆతని ఆలోచనల ప్రభావము ప్రసరించుచుండును.

ఇప్పుడొక వ్యక్తినిగూర్చి ఆలోచింతము. ఆతడు సంశయాత్ముడు. లోభి; అసూయాపరుడు. ఆతనికి ప్రపంచమందలి ప్రతివస్తువు సంశయాత్మకముగ కనబడుచుండును. ఆతనిలో ఔదార్యముండదు. కనుక ఆతనికేవస్తువునందును సుగుణము కాన్పించదు వేయేల ఆతనికి ఉత్తమోత్తమ స్వార్థరహిత పరమాద్భుత పరోపకార కార్యమందును స్వార్థపరతయే కానవగుచుండును.

ఇప్పుడొక వ్యక్తినిగూర్చి తెలుసుకొందము. ఈతడు సంశయరహితుడు, ఉదారుడు, ఉన్నతాలోచనా సంపన్నుడు. ఈతడు ప్రతి ప్రాణియందును సత్యసంధతనే సందర్శించుచుండును. నీచమానవులు మొట్టమొదట ఈతని దర్శింప తడబడుదురు. పిమ్మట నిలదొక్కుకొని, ఈ సాంగత్య ప్రభావమున ఉదారాలోచనాసంపన్నులై సుఖము, శాంతి ననుభవింపగలరు.

భిన్నభిన్న స్వభావులగు ఈ ఇరువురు వ్యక్తులు ఇరుగుపొరుగున నివసించుచున్నను వీరి ఆలోచనలు, ఆదర్శములు, ఆచరణ పద్ధతులు వేరువేరుగనేయుండును. వీరి స్వభావములు, కార్యపద్ధతులు కలియనేరవు. వీరి నైతిక దృక్పథము నయితము ఒకేరీతిగ నుండదు. వీరుభయు

లలో ఒక వ్యక్తి నరకయాతన ననుభవించుచుండును. రెండవ వ్యక్తి స్వర్గసౌఖ్యము ననుభవింపగలడు. వీరిలో మొదటి వ్యక్తి ఇతరులను మోసగించుచుండును. లోకుల కొల్లగొట్ట జూచుచుండును. అందువలన ఆతడు ఇతరులు కూడ తనవంటి స్వభావులుగనే ఉందురని తలంచి ఆత్మ రక్షణమునకు తనవద్ద తుపాకి నుంచుకొనును. రెండవ వ్యక్తి సమస్తజనులను ప్రేమించుచుండును. ఎల్లరను ఆప్యాయతతో ఆదరముగ ఆహ్వానించుచుండును. అందుచే ఆతనిచెంత సదా సత్యసంధులే సచ్చారిత్రులే సమావేశమయి యుందురు. వారందఱు వానితో ఏకీభవింతురు. వానితో కలిసిమెలసి పోయెదరు. ఆతని సాంగత్య ప్రభావమున వారందఱు ఉత్తములగుదురు ఆతని హృదయము నుండి ప్రేమవాహిని పొంగిపొరలుచుండును. కనుక సహచరులందఱు ఆతనిని ప్రాణాధిక ప్రియునిగ ప్రేమించుచుందురు. ఆతనిని మిక్కిలి గౌరవించుచుందురు.

సంఘములో ఈ భిన్నత్వము ఎందుకు ఏర్పడినది ? మానవుల ఆచారములు ఆలోచనలు భిన్నభిన్నముగ నుండును గనుక వీటి ప్రభావము మానవసమాజముపయి పడుచుండును. తత్ఫలితముగ మానవులు భిన్నభిన్న వర్గములుగ చీలిపోవుచున్నారు. శ్రమజీవులు బుద్ధిజీవులయి ధ్వజమెత్తుచున్నారు. కాని వారు ఈ భిన్నత్వమును తొలగింపలేరు. ఏ కృత్రిమోపాయములద్వారా సమతను స్థాపించలేరు. మానవసమాజములో ఆలోచనాసామ్యము, భావసారూప్యత ఏర్పడినపుడే మానవులలో సమత సాధ్య

మగును. ఆధునికయుగమున మనుష్యులలో ఆర్థికముగ, సాంఘికముగ నేర్పడియున్న ఈ హెచ్చు లొచ్చులను నిర్మూలించుటకనేక కృత్రిమోపాయములు ఆలోచించు చున్నారు. కాని మనుష్యుల మనస్సులలో, వారి ఆలోచనలలో హెచ్చుతగ్గు భేదములను తొలగించనంతవరకు ఈ అసమానత అంతమొందదు. అనగా మానవుల మనస్సులలో, ఆలోచనలలో మార్పుతీసుకొనిరావలెను. అప్పుడే మానవ సంఘమునగల హెచ్చులొచ్చులు నశించి సమసమాజము సాధ్యమగును. ప్రభుత్వ శాసనముల గౌరవించువారు, వాటిని ఉల్లంఘించువారు - వీరుభయులు సహజముగ భిన్నస్వభావులుగా నుందురు. వారి యీ భిన్నత్వమునకు వారి దర్పాహంకారములుగాని, ఈర్ష్యాద్వేషములు గాని కారణముగాదు. వారి యీ భిన్నత్వమునకు వారి ఆలోచనలే, ఆచార వ్యవహారములే, కార్యపద్ధతులే కారణములు. హింసవలన స్వర్గరాజ్యము ప్రాప్తించదు. అది దాని సిద్ధాంతము ననుసరించి తన చరిత్రను రూపొందించుకొనినవానికే లభించగలదు.

ప్రతిమానవుడు తన పరిమిత లేక విశాల భావనా ప్రపంచ పరిధి ననుసరించియే కార్యమాచరించుచుండును. మానవుని బడిపిల్లలతో పోల్చవచ్చును విద్యార్థి తన యోగ్యతనుబట్టియే తనకు తగిన తరగతిలో చేరుచున్నాడు. సరిగా ఇదేవిధముగా మానవుడు తన యోగ్యతనుబట్టియే సంఘమున స్థానమును సంపాదింపగలడు. ప్రాథమిక పాఠశాలా విద్యార్థి ఉన్నత విద్యాలయ పాఠ్యక్రమమును

అర్థము చేసుకొనలేడు. అతనికది అగోచరముగా నుండగలదు. కాని అతని బుద్ధి వికసించినకొలది, యోగ్యత పెంపొందినకొలది అతడు దానిని అర్థము చేసుకొనగలడు. అప్పుడాతడువరుసగ అన్ని తరగతులలో ఉత్తీర్ణుడగును. మానవజీవితమును విద్యార్థి జీవితమునే పోలియున్నది. ఈ రీతిగనే స్వార్థపరులు, క్షుద్రస్వభావులు, సంకుచిత చిత్తులు సయితము తమ సత్సంకల్పములద్వారా, సదాలోచనలద్వారా తమ క్షుద్రస్వభావమును త్యజింతురేని, తమ స్వార్థమును విడనాడుదురేని, కోపమును జయింతురేని, తమ నైతిక స్థాయిని పెంపొందించుకొందురేని మహాపురుషులయి ప్రపంచములోని పాపమును ప్రక్షాళన జేసి మానవలోకమునకు చిరస్మరణీయులగుదురు.

మానవుడు తన మంచిచెడ్డ ఆలోచనలనుబట్టియే పవిత్రుడో, పతితుడో అగును. ఇది ప్రకృతి నియమము. ప్రతి మానవుడు స్వీయాలోచనా పరిధిలోనే పరిభ్రమించుచుండును. అదియే అతని ప్రపంచము. ఆ ప్రపంచములోనే అతని అలవాట్లు ఏర్పడుచుండును. అతడందే తన్మయుడయి ఆనంద మనుభవించుచుండును. కాని సంకుచిత చిత్తుడు, పతితమానవుడు శాశ్వతముగ తన జీవితకాల పర్యంతము తన సంకుచిత పతితావస్థలోనే పడియుండవలయునని ఎక్కడను వ్రాసిపెట్టబడలేదు. ఏ ప్రవక్తయు అట్లు చెప్పియుండలేదు. మనుష్యుడు వాంఛించునేని తన ఆలోచనలను, భావములను ఉన్నతములుగ, ఉదారములుగ

సంపాదించుకొని ఊర్ధ్వగతిని ప్రాపించి సుఖమనుభవింప గలడు. అతడుత్తముడగుటకు స్థిరసంకల్పుడయినంతనే ఆతని సంకుచిత స్వార్థబంధములు తుత్తునియలయిపోగలవు. అప్పుడాతడు విశాలోన్నత పవిత్రప్రపంచమున విహరింప గలడు. అప్పుడాతని జీవితము సార్థకమయి, సుఖసౌభాగ్యోపేతమయి ప్రకాశింపగలడు.

“మన దుఃఖములకు మనమే బాధ్యులము. ఇంకెవ్వరును గారు. కార్యరూప ఫలమును మనమే. కారణమును మనమే. అందువలననే మనము స్వతంత్రులమనుట. నేను దుఃఖినైనయెడల ఆ దుఃఖము నేను తెచ్చిపెట్టుకొనినదే. నేను తలచుకొనినయెడల సుఖవంతుడనుగా మారగలనను టకు రుజువును అదియే. నరుని ఇచ్ఛాశక్తి పరిస్థితు లన్నింటికిని అతీతమయి పరగుచున్నది. అనగా నరునందు గల బలిష్ఠమును మహత్తరమును, అఖండమును నగు ఇచ్ఛా స్వాతంత్ర్యములు యెనుట ప్రకృతియు జోహారులనవలసినదే. తలవంచి దాస్యము చేయవలసినదే. కర్మసూత్రముయొక్క మహిమ యిట్టిదే సుమా!

—స్వామి వివేకానంద.

సోదరా! నీ అదృష్టమునకు నీవే కర్తవు. నీ వెన్నటును నేను దీనుడను, హీనుడను, దురదృష్టవంతు డనుకొనవద్దు. నిన్ను నీవు పరమాత్మ స్వరూపుడవను కొనుము. నేను స్వతంత్రుడను, ముక్తుడను అనుకొందువేని

స్వతంత్రుడవు, ముక్తుడవు అగుదువు. సమస్త శక్తులు, సమస్త సంపదలు నీలోనే కలవు.

నీవు ఎటువంటి ఆలోచనలు చేయుదువో అటువంటి వాడవే అగుదువు.

నిన్ను నీవు పాపాత్మునిగా అనుకొందువేని పాపాత్ముడ వగుదువు మూర్ఖుడవనుకొందువేని మూర్ఖుడ వగుదువు. దుర్బలుడ వనుకొందువేని దుర్బలుడ వగుదువు. అపుడు ఈ ప్రపంచములో ఏశక్తియు నిన్ను బలాఢ్యుని జేయజాలదు.

—రామతీర్థ

బాహ్య ప్రపంచము

మనుష్యునిపయి (మనపై) సాంగత్య ప్రభావము పడుచుండును మన మెట్టి సాంగత్యము చేయుదుమో అట్టి వారమే యగుదుము. సత్సహవాసముచే సజ్జనుల మగుదుము. దుస్సాంగత్యముచే దుర్జనుల మగుదుము. మానవుడు తన పరిసరమునకు అతీతముగ మనజాలడు. ఏ సంఘమున మానవుడు నిత్యము నివసించుచుండునో ఆ సంఘములో ఆతడు ఒక భాగమనుట (ఒకడనుట) నిస్సంశయము. అట్లగుట ఆతడు తన యిరుగు పొరుగువారినుండి, తన సహచరులనుండి వేరుగ ప్రవర్తింపజాలడు. ఆతడు వారి ఆలోచనల ద్వారా వారిచే బంధింపబడి యుండును. మనుష్యుడు తన అభీష్టానుసారము బాహ్యప్రపంచమును మార్చజాలడు. కాని ఆతడు పిచ్చికోరికలను మార్చుకొని బాహ్యప్రపంచమున కనుకూలుడు కాగలడు. ఆతడు సంఘమును మార్చజాలడు. కాని ఆతడు సంఘమున కనుకూలముగ ప్రవర్తింపగలడు. ఆతడు పరిస్థితులను మార్చజాలడు. కాని పరిస్థితుల కనుకూలముగ కార్యమాచరింపగలడు. ఆతడు తన మనోవికాసముద్వారా చతురమతియయి పరిస్థితుల నెదుర్కొను మార్గమును కనుగొనగలడు. పరిస్థితులు ఆలోచనల ననుగమించుచుండును. ఆతడు తన ఆలోచనలను మార్చుకొనునేని పరిస్థితులును మారగలవు. అద్దములో నీ ముఖము చక్కగ కనబడవలయునన్న అద్దము శుభ్రముగ నుండవలెను. అద్దముమీద దుమ్ము పేరుకొని

యున్నచో నీ ముఖము సరిగా కనబడక సరిగదా అతి వికృతముగ, విపరీతముగ కనబడగలదు. ఈ విధముగనే ప్రశాంత మనస్సునకు ప్రపంచమంతయు ప్రశాంతముగ కనబడగలదు. మనస్సును జయించుము. దాని ప్రశాంతముగ, సుందరముగ, ఆనందధామముగ కనబడగలదు.

మానవుని మనస్సులో అపారమైన అద్భుతశక్తి నిక్షిప్తమయి యున్నది. ఆ శక్తి సాహాయ్యమున ఆతడు పవిత్రుడు, పరిపూర్ణుడు కాగలడు.

కాని ఆతడు అన్యులను పవిత్రులుగ, పరిపూర్ణులుగ జేయజాలడు. ఏలననగా వారిపయి వాని ప్రభావము పరిమితముగ నుండగలదు. మనుష్యుడు తనను మాత్రము తన యిచ్ఛవచ్చిన చొప్పున మార్చుకొనగలడు. కాని అన్యుని మార్చుటలో ఆతనిశక్తి పరిమితముగ పనిచేయును. మనుష్యుడు ఒకేరకపు లక్షలకొలది వ్యక్తులలో ఒకవ్యక్తిగ తన మనుగడ సాగించుకొనుచుండుట మనము ప్రత్యక్షముగ ప్రతిదినము చూచుచున్నాము. ఈ వ్యక్తులు ఎవరంతట వారు స్వతంత్రముగ తమ యిచ్ఛవచ్చినట్లు వ్యవహరింపజాలరనుట అనుభవైక వేద్యమే. వారు తమసాటి మానవుల ఆలోచనలను, అభిప్రాయములను గౌరవింప బాధ్యులగుచున్నారు. వారు తమ నిత్య కార్యకలాపములలో పరస్పరము సహాకరించుకొనుచు సహజీవనము కొనసాగించుకొనవలసిన వారగుచున్నారు. సంఘములోని ఒక వ్యక్తి

వలన జనులు తమకు నష్టము, కష్టము కలుగునని భావింతురేని అతనికి వారు దూరముగా తొలగిపోయెదరు. ఆవ్యక్తి వలన హాని సంభవింపకుండ ఆత్మరక్షణోపాయముల నవలంబింతురు. మనుష్యులు తమకు కలరా, మశూచికము మున్నగు అంటు వ్యాధులు సంభవించినప్పుడు మందుల ద్వారా వాటి విక్రమములను అంతమొందించు కొనునట్లు మానవసమాజము తనలోని దుశ్చరిత్రులను దూరము గావించుకొనును. ఆదుశ్చరిత్రులు తమ అకార్య కరణములద్వారా సంఘమను శరీరమును గాయపఱతురు. దుష్టులను సంఘము బహిష్కరించినపుడు వారు మిక్కిలి బాధపడుదురు. కాని సంఘమను శరీరము స్వస్థమయి సుఖమనుభవింపగలదు. ఏకార్యమును సంఘమునకు అతీతముగ నుండజాలదు. నీవే కార్యమునయిన ఎంతరహస్యముగ జేసినను దాని ఫలితము బహిర్గతముకాక మానదు. ప్రతి మానవునకొక జీవన గ్రంథముండును. అందు అతడాచరించు ప్రతికార్యము రికార్డుచేసి యుంచబడును. దానిపయి విచారణ జరుపబడును. కనుక సంఘములో ఒకవ్యక్తి చేయుపనులు వాని వఱకే పరిమితములయి యుండవు.

అవి సర్వప్రపంచమునకును వర్తింపగలవు. అనగా ఆతని కార్యముల ఫలితము ఆతడొక్కడే అనుభవించునని తలపోయరాదు. ఆ ఫలితము సంఘమంతయు అనుభవింపగలదు. మనుష్యుడు తాను చేయు దుష్కర్మల ఫలితములు ననుభవింపకుండ తప్పించుకొనజాలడు. కాని ఆతడు దుష్కర్మలజేయ ప్రేరేపించు ఆలోచనలను త్యజించి

వాటివలన కలుగు ఫలితములనుండి తప్పించుకొనగలడు. కనుకనే మానవులు తమ చెడ్డ ఆలోచనలను మానుకొని మంచి ఆలోచనలద్వారా మంచిపనులుచేయుట కలవాటు పడవలెను. ఇది మానవుని ముఖ్య కర్తవ్యము. అప్పుడే అతడు సుఖపడగలడు. తత్ఫలితముగా సంఘమును సుఖపడగలదు.

నీవు బాహ్యజగత్తును మార్చలేవుకాని దానినుండి నీకు హాని సంభవింపకుండ నడచుకొనగలవు. నీ బంధ హేతువులకు మూలకారణము నీ అంతరంగమందే కలదు. అన్యులు నీ కపకారము గావించుచున్నారనిన దానికి దోషివి నీవే. నీ కర్మల ఫలితముగానే వారు నీ కపకారము గావింప వివశులగుచున్నారు. బాహ్యపరిస్థితులు నిమిత్తమాత్రములే. కారణభూతుడవు నీవే. నీ దుష్కర్మలే నీకు హాని కలుగజేయుచున్నవి. నీ సత్కర్మల మూలముననే నీ సౌభాగ్యము నిర్మాణమగుచున్నది. మనుష్యుడు తానుచేయు మంచి చెడ్డ పనులవలననే మంచి చెడ్డ ఫలితములు అనుభవించుచున్నాడు. ధార్మిక పురుషుని కెవరును హానిగావింపజాలరు. అతడు ఎల్లప్పుడు ప్రశాంతముగా కాలము గడుపుచుండును. అతడు సమస్త జనుల శ్రేయస్సును కాంక్షించుచుండును. అందుచే ఎవరును అతనికపకారము గావింప నుంకింపరు. ఒకవేళ ఎవడేని అతనికి కపకారముగావింప నుపక్రమించునేని తుదకాతడే నష్టపడగలడు. అతడు నిరంతరము పరులకుపకారము

గావించుచుండును. అందుచే అతడు నిత్యము సుఖము శాంతి ననుభవించుచుండును. ఆతని సమస్త కార్యకలాపమునకు ఆతని సత్సంకల్పమే, సచ్చారిత్రమే మూలహేతువు. వాటి ఫలితము సుఖము, మఱి శాంతియనుట నిక్కము.

సంఘములో ఒకవ్యక్తి మఱొక వ్యక్తిపయి అపవాదు వేసిన అతనికి సంఘములో అప్రతిష్ఠ కలుగునని తలంచును కాని వాని యీ తలంపు సరియయినది కాదు. ఒకవ్యక్తి ఏ వ్యక్తిని అపఖ్యాతిపాలు గావింప గోరునో ఆతనిని అపఖ్యాతిపాలు చేయలేకపోగా తుదకు తానే అపఖ్యాతిపాలగును. చెడ్డవాడే మఱొకనిని చెడ్డవాడనును. చెడ్డవాడే ఇతరులపయి అపనిందలువేసి తన చెడుగును కప్పిపుచ్చుకొనుటకు తాను నిర్దోషిననిపించుకొనుటకొరకు అనేక అబద్ధములాడును. ఆతడు అసత్యమును సత్యముగ చిత్రింప బ్రయత్నించును. వట్టి అపనిందలవలన సజ్జనుడు వ్యాకులచిత్తుడు గాడు. ఇట్టి దోషదూషిత వాతావరణమునకు ఆతడు దూరముగ నుండును. అందుచే సజ్జనుడు తనపయి వేయబడు అభాండముల లక్ష్యపెట్టడు. వాటికతడు తొణకడు, బెణకడు. అందువలన వాటి ప్రభావము వానిపయి ఏమాత్రము పడదు: మూర్ఖుడెవడేని సూర్యునిపయి రాయి విసరునేని అది సూర్యుని ఏమియు చేయజాలదు. ఆ రాయి తిరిగి వచ్చి వానిమీదనే పడును. ఈ రీతిగనే సజ్జనునిపయి వేయు అభాండములు వానినేమియు చేయజాలవు. బుద్ధభగ

వానుడు నిత్యము తన శిష్యులకిట్లు ప్రబోధించుచుండు వాడు :-మీలో ఎవరేని వాడు నన్ను తిట్టినాడు, వీడు నన్ను కొట్టినాడు, ఫలానివ్యక్తి నన్ను అవమానించినాడు మఱి మోసగించినాడు నాకు హాని గావించినాడు" అని తలంచెదరేని మీకు సత్యసాక్షాత్కారము కలుగనేరదు. మీ ఆత్మోన్నతి ఆగిపోవును.

పరిసరములుగాని, పరిస్థితులుగాని వాటంతటవి మంచివిగావు. చెడ్డవియుగావు. మన మనోభావమునుబట్టియే అవి మనకు మంచివిగనో, చెడ్డవిగనో, అనుకూలములుగానో, ప్రతికూలములుగానో కనబడుచుండును. మనుష్యులు సామాన్యముగా ఇట్లు తలంచుచుందురు. "నాకు పరిస్థితులు అనుకూలించి యుండినచో, నావద్ద తగినంత ధనముండియున్నచో, నాకు పెద్దల వాక్ సహాయము లభించి యుండియున్నచో, నాకు చాలినంత కాలవ్యవధి లభించి యుండినచో, తగినంత స్వేచ్ఛయుండియున్నచో కుటుంబ మందలి జగడములు, జంజాటములు లేకుండినచో నేను ప్రపంచమున అనేక ఘన కార్యములను సాధించియుండెడి వాడను." అతని యీ తలంపు సరియైనదికాదు. వాస్తవము నకు మానవుని ఘనకార్యముల జేయకుండ ఆటంకపఱచు నవి ఇట్టి శుష్కప్రసంగముల జేయ ప్రేరేపించువాని దుర్బ లాలోచనలే. వాని మనోదౌర్బల్యమే అనుట సమంజసము. పైనుదహరించిన కారణములు స్వయంశక్తి సంజనితములు కానేకావు. మనుష్యుడు తన మనస్సులో వాటికి స్వతః

లేనిశక్తిని వాటికాపాదించి దీనుడు, హీనుడు, దయనీయుడు అగుచున్నాడు. మానవుడు తన మనోదౌర్బల్యమునకు, జీవన యుద్ధక్షేత్రమున తనకు కలుగు అపజయమునకు తన అంతరంగమున ఇట్టిభావనకు స్థానమిచ్చుటయే కారణమని భావించుటలేదు. ఇదివాని స్వభావదౌర్బల్యము మీదు మిక్కిలి తన యీస్వభావ దౌర్బల్యమును నిందించుటకు మారుగ తన అపజయమునకు బాహ్యపరిస్థితులు, కాలకర్మలు, అదృష్టాదృష్టములు కారణభూతములని తలంచి వాటిపయి నిందమోపు చున్నాడు.

దృఢనిశ్చయము, సంకల్ప ద్రఢిమ లేకపోవుటయే మానవుని దౌర్బల్యములోనికెల్ల నికృష్ట దౌర్బల్యము మానవుడు జీవనసంగ్రామ రంగమున తా నెదుర్కొను ప్రతికూల పరిస్థితులను, ప్రతిబంధకములను ప్రబల విరోధకములుగ భావింపక వాటిని కార్యోత్సాహ వర్ధకములగు అనుకూల పరిస్థితులుగ భావించునేని ఆతని జీవనపథమున అడ్డగనిలిచిన ఆ ఆటంకములను, అవరోధములను పౌరుష ప్రతాపములతో నెదుర్కొని అవలీలగ వాటిపయి విజయము సాధింప సన్నద్ధుడగును. అపుడతడు ప్రతికూల పరిస్థితులను ప్రతిరోధించి సఫలతను సంప్రాప్తిజేసుకొనుట కనువగు నూతన మార్గముల నన్వేషింప నారంభించును. ఆవశ్యకత ఆవిష్కరణమునకు జనని (ఆధారభూతము) దీనిని జ్ఞాపకముంచుకొని నడచునేని మానవుని జీవనపథము నిష్కంటకమగును. అప్పుడు ప్రతికూల పరిస్థితులు, ప్రతి

క్రోధములు ప్రబల సహాయకములుగా పరిణమింపగలవు. అపుడతడు నూతనోత్సాహ సంభరిత స్వాంతుడగును.

వాస్తవమునకు మానవుడే సమస్తమునకు కర్త, భర్త, హర్త. నీ వున్నతికినీవే సర్వసమర్థుడవు. ఏకైక కారణ భూతుడవు, మానవుడు. ఏకాగ్ర చిత్తుడై తన సర్వ శక్తియుక్తులను తన కార్యము పయి కేంద్రీకరించినచో ఆతడు ప్రతికూల పరిస్థితుల నిందింపక వాని నెదుర్కొనకటి బద్ధుడయి మేరునగధీరుడయి నిలబడగలడు. ఏ వ్యక్తి పరిస్థితులను నిందించునో ఆతడు మానవ శక్తిని గూర్చి ఆలోచించని వాడని తలంచ వచ్చును.

ఆతడు దానిని అనగా మానవశక్తిని ఇంత వఱకు ఉపయోగించుకొనని వాడని భావింపవచ్చును, మానవుడు తన సంపూర్ణ శక్తిని తన మనస్సులో సంచరింప జేసుకొన నంతవఱకు, పరిస్థితులపయి విజయము సాధించనంతవఱకు ఆవశ్యకతలు ఆతనిని బాధించుచుండగలవు. ఆవశ్యకతలు పరాక్రమవంతుని జీవన పథమున పురోగమింప ప్రోత్సహించుచుండగలవు. అపుడాతడు తన వివేకము, మార దృష్టిద్వారా ప్రతికూల పరిస్థితులను తన కనుకూలములుగ మార్చుకొనగలడు.

ఇంతయేల పరిస్థితులగూర్చి మొఱపెట్టు మానవుడు మానవుడుగ మనుగడ సాగింపనర్హుడు గాడు. పరిస్థితులు దుర్బల మానవులపయి దండయాత్రచేసి వారిని ఓడించ

గలవు. ధీరోదాత్తునికవి విధేయసేవకులయి చేతులు జోడించుకొని యెదుట నిలబడగలవు.

మనల బంధించునవి బాహ్యవిషయాలు గావు. మన బంధమోక్షములకు మన ఆలోచనలే మూలకారణములు. మనల బంధించుకొను మనమే మన సంకెళ్ళను స్వయముగా నిర్మించుకొనుచున్నాము. మన ఆలోచనలే మన సంకెళ్ళను తుత్తునియలు గావించి మనల బంధ విముక్తుల జేయగలవు. ఈ ఆలోచనలద్వారానే మనము రమణీయ రాజభవనములు నిర్మించుకొని అందు సుఖముగ, స్వేచ్ఛగ ప్రశాంతముగా నివసింపగలము. కాని యీ ఆలోచనా పరివర్తనమునకు వజ్రసంకల్పము, అకుంఠిత దీక్ష అవసరములు. మనుష్యుడు తన పరిస్థితులు ప్రబల బలవత్తరములని తలంచుచు, వాని నధిగమించుట అసంభవమని తలపోయుచో పరతంత్రుడయి ఆపరిస్థితులచేత బంధింపబడి యుండును. అట్లుగాక ఆతడు పరిస్థితులను ఎదుర్కొని వానిని జయింప వజ్రసంకల్పుడగునేని పరిస్థితులపయి ప్రభుత నెఱపి దీక్షాకంకణధారి యగునేని స్వతంత్రుడయి, ఉన్నత ఉత్తమ పథానుగామి యగును.

ప్రతి మనుష్యుడు తన ఆలోచనలయెడ జాగరూకుడయి యుండవలెను. తన ఆలోచనలు తనను స్వాతంత్ర్యము దెసకు గొనిపోవుచున్నవో లేక పారతంత్ర్యము వైపునకు లాగుచున్నవో ఆలోచించుకొనుచుండవలెను. తన ఆలోచనలు ఊర్ధ్వగతికి మూలములగుచున్నవో లేక

అధోగతికి కారణములగుచున్నవో గమనించుచుండవలెను. ఏ ఆలోచనలు ఆతనిని పరిస్థితులకు బానిసగ జేయుచున్నవో వాటిని త్యజించవలెను. ఏ ఆలోచనలు ఆతనిని పరిస్థితులకు దాసునిగా జేయువో వాటిని స్వీకరింప బద్ధకంకణుడుగావలెను.

"నీ వేదికాగోరిన అది కాగలవు. నీవు దీనుడవు అనుకొనిన దీనుడవే అగుదువు. బలాఢ్యుడను అనుకొనిన యెడల బలాఢ్యుడవే కాగలవు నీవు పాపివి అనుకొనినచో పాపివి అగుదువు పుణ్యశాలి ననుకొంటివా పుణ్యశాలి నగుదువు. బలాఢ్యులము, సర్వశక్తిమంతులము, సర్వజ్ఞులము అని మనము సంకల్పము చేయవలయును. ఆ శక్తియంతయు ఇపుడు నాయందు ప్రకాశమునకు వచ్చియుండక పోవచ్చును. కాని అది నాయందున్నది. సమస్త జ్ఞానము నాయందున్నది. సర్వశక్తియు నాయందున్నది.

— స్వామి వివేకానంద

అలవాట్లు

మానవుడు అలవాటునకు దాసుడు. అతని అలవాటు ఎట్లుండునో అతని పనియు అట్లేయుండును. అట్టి దశ మనుష్యుని స్వతంత్రుడనవచ్చునా ? నిస్సందేహముగా మానవుడు స్వతంత్రుడే. స్వతంత్రుడే కాదు సర్వస్వతంత్రుడు. మానవుడు జీవనము జీవన సూత్రములను సృజించలేదు. జీవనము, జీవనసూత్రములు అనాది సిద్ధములు. మానవుడు వాటికి లోబడియుండును. కాని వాటిని అర్థము చేసుకొని వాటిననుసరించి నడచుకొనగలడు. జీవనసూత్ర నిర్మాణము మానవశక్తికతీతము. కాని అతడు తన వివేకముద్వారా ఆ సూత్రములలో తన కనుకూలమయినవి, శ్రేయస్కరమయినవి ఎన్నుకొని వాటిని ఆచరణలో పెట్టగలడు. మానవుడు సృష్టికి ఆధారభూతములగు నియమములను అన్వేషించి కనుగొనగలడు. కాని వాటిని నిర్మించలేదు.

ఆ జీవన సూత్రముల గుఱించి తెలిసికొననిచో మనుష్యుడు దుఃఖభాజనుడగును. వాటి నుల్లంఘించినచో వాడు మూర్ఖుడు, మఱి పరతంత్రుడునగును. రాజ్యశాసనముల నుల్లంఘించు చోరుడు స్వతంత్రుడా ? వాటిని పాలించు సత్పౌరుడు స్వతంత్రుడా ! వీరుభయులలో ఏ వ్యక్తి మిక్కిలి స్వతంత్రుడు, ఈ చందముననే సంఘములో నీతి నియమముల త్యజించి తన యిచ్చవచ్చిన

మనస్సున విచ్చలవిడిగ చరించు వ్యక్తి స్వతంత్రుడా! వివేకవంతుడయి, సన్మార్గావలంబియయి, సత్కార్యాచరణ పరాయణుడయి మనుగడ సాగించు బుద్ధిమంతుడు స్వతంత్రుడా? ఈ ఉభయులలో ఏ వ్యక్తి మిక్కిలి స్వతంత్రుడు? సౌఖ్యవంతుడు?

మనుష్యుడు పుట్టుకతోనే కొన్ని స్వభావములతో భువి నవతరించుచున్నాడు. ఈ ప్రాకృతిక నియమముల నుల్లంఘు నీయము కాని అతడు తన స్వభావమును మార్చుకొనగలడు, మానవుడు భూమ్యాకర్షణ శక్తిని తొలగింపజాలడు. కాని సర్వులు దానికి లొంగి సలాము చేయుచున్నారు. దాని నుపయోగించుకొనుచున్నారు. దానిని ఉపేక్షించనూ లేరు. తిరస్కరించనూ లేరు. మనుష్యుడు. గోడలతో ఢీకొని తన తల పగులగొట్టుకొనడు. ఏ కందకములోనో దుమికి తన మృత్యువును కొని తెచ్చుకొనడు. వాటిని తప్పుకొని నడవకున్నచో వానికి మరణం తప్పదు. దీని నెవరును తప్పించజాలరు. ప్రకృతి ధర్మములు తమ పని చేసుకొని పోవుచునేయుండును. అందువలన మానవుడు సావధానచిత్తుడయి గోడతో ఢీకొనకుండ, కందకములో పడకుండ వాటి ప్రక్క ప్రక్కన నడచుచుండును. ఈవిధముగానే మనుష్యుడు జీవన సూత్రములను పాటించవలెను. వాటి ననుసరించి నడచుకొనవలెను.

భూమ్యాకర్షణశక్తి నియమాలవలెనే ప్రకృతి నిర్మిత అభ్యాససూత్రమున కధీనుడు. కాని ఆతడు చతుర

మరియు దానిని తనకనుకూలముగ నుపయోగించుకొను
టయో, అజ్ఞానము వలన దానినుపయోగించుకొనలేక పోవు
టయో జరుగుచున్నది. దీని సారాంశమేమనగా! మను
ష్యుడు తన అలవాటునుబట్టియే ఏదేని పనిచేయుచుండును.
అది మంచిపని కావచ్చును, చెడ్డపని కావచ్చును. ఈ
విషయములో ఆతడు వివేకి కావచ్చును. అవివేకి
కావచ్చును. అగ్నిగుండములో దుమకవచ్చును. లేదా దాని
నార్పవచ్చును. నీటిలో మునగవచ్చును లేదా దానిపయి
వంతెనకట్టి దానిని దాటవచ్చును. సత్కార్యము చేయుట అగ్నిని
ఆర్పుటవంటిది. వంతెనకట్టుట వంటిది. అసత్కార్యములు
చేయుట అగ్నిలో దుముకుటవంటిది. పాడు నూతిలో పడుట
వంటిది. వైజ్ఞానికులు ఆవిష్కర్తలు తమ పరిశోధ
నల ఫలితముగ ప్రకృతి శక్తులను, వాటి సూత్రములను
చక్కగ తెలిసికొని వానిని ఉచితరీతి నుపయోగించుకొను
చున్నారు. ఈరీతిగానే వివేకి ధార్మిక నైతిక నియమములను
తెలుసుకొని వానిని ఉచితరీతిని నుపయోగించుకొని వాటి
వలన ప్రయోజనము పొందుచున్నాడు.

మూర్ఖుడు తన చెడ్డ అలవాట్లకు బానిసయి పోవు
చుండ వివేకి వాటి తత్త్వము తెలిసికొని వాని నుచితరీతి
నుపయోగించుకొనుచున్నాడు. అపుడవి అతనిని సన్మార్గా
వలంబిగ జేయుగలవు. ఎవని ఆలోచనలు, అలవాట్లు,
చేయిదములు చెడ్డవో వాడు చెడ్డవాడనిపించుకొనును. ఎవని
ఆలోచనలు, అలవాట్లు, పనులు మంచివో వాడు మంచివా
డనిపించుకొనును. చెడ్డవాడు తన చెడ్డ అలవాట్లను, ఆలో

చేతలను, పనులను మార్చుకొని మంచివాడు కాగలడు. ఆతడు అభ్యాస సూత్రమును మార్చలేడు కాని తన అలవాటును అభ్యాస సూత్రమున కనుకూలముగ మార్చుకొనగలడు. ఆతడు స్వార్థపూరిత వాంఛలను త్యజించి ధార్మిక నియమములను పాలింపగలడు. భోగవిలాసములను విసర్జించి సకలసాధు సుందర జీవితమును గడుపగలడు. అలవాటు మంచిది కానిమ్ము, చెడ్డది కానిమ్ము అది యథాతథముగ నుండును. ఆతడు దీనిని మార్చలేడు. కాని తన వివేక సాహాయ్యమున తన చెడ్డ అలవాట్లను మంచి అలవాట్లుగ మార్చుకొనగలడు.

ఒకే కార్యమును మాటిమాటికి చేయుదువేని అది అలవాటుగ మారిపోవును. మానవుడు నిరంతరము ఏ ఆలోచన చేయునో, ఏ కార్యమాచరించునో, ఏ అనుభూతికివశంవదుడగునో అట్టివాడే యగును. ఆతడు నిరంతరము వేనిని చింతించుచు, స్మరించుచు, ధ్యానించుచుండునో అవియే వాని చరిత్రలో లీనమయి వానిలో ఒక భాగమయి పోవును.

అప్పుడాతని మానసికస్థితి వాటికనుగుణముగా స్థిరపడి పోవును. మానసమందుదయించు ఆలోచనలు క్రమాభివృద్ధి నందుచుండగలవు. నేడు మనకు కనబడు మానవుడు తన గతసహస్రాలోచనల, కార్యముల పునరావృతముల పరిణామ స్వరూపుడు. ఆతడు అప్పటికప్పుడు అకస్మాత్తుగా ఆకసమునుండి ఊడిపడినవాడు కాడు. ఆతడు జన్మజన్మాం

తర సంస్కారములచే క్రమవికాసమునందుచు ఈ స్థితికి ప్రాపించినాడు. ముందు ముందు మఱికొంత క్రమవికాసము నందుచు పోవుచుండగలడు. ఆతడు తన వర్తమాన చరిత్రను తన అభీష్టానుసారముగానే నిర్మించుకొనినాడు. ఆతడెట్టి ఆలోచనచేయునో, ఎట్టికర్మ నాచరించునో అట్టి వాడే యగును. ఆతని ఆలోచనలు, నిరంతరము కర్మలు అలవాట్లుగ మారుచుండగలవు. అలవాట్ల ననుగుణముగనే ఆతడు నిర్మాణమగుచున్నాడు. ఈ రీతిగ ప్రతిమానవుడు నిరంతరము తానుచేయు ఆలోచనలు, కార్యములచేతనే నిర్మాణమగుచుండుట మనము చూచుచున్నాము. ఆతడు ఏ ప్రత్యేక గుణములు అప్రయత్నముగ, సహజముగా కలిగియున్నాడో అవి దీర్ఘకాల చింతన, మనన ధ్యానాదుల పునరావృతములచే సంప్రాప్తమయినవి, కాని అప్పటికప్పుడే సంప్రాప్తమయినవిగావు. ఆ కారణముననే ఆతడు ఆలోచనలను, కార్యములను ఏ ప్రయత్నముతో నిమిత్తము లేకయే స్వాభావికముగ జేయుచుండును. అప్పుడవి వాని సహజగుణములుగ, సహజ కర్మలుగ ఏర్పడి పోవుచున్నవి. కాలక్రమమున అవి సుస్థిరములయి వానిలో పాదుకొనిపోవుచున్నవి. ఒకవేళ ఎన్నడేని ఆతడు వాటిని త్యజింప నుద్యమించినను వాటినుండి ఆతడు విమోచనము నంద లేదు.

అన్ని రకముల అలవాట్లు అవి మంచివికావచ్చును, చెడ్డవికావచ్చును. ఈ రీతిగ మానవునిలో పాదుకొనిపోవ ఆతడు వాటికి వశీభూతుడగుచున్నాడు. ఒక వ్యక్తిలో

చెడ్డ అలవాటు పాడుకొని పోయినపుడు ఆతడు చెడ్డ అలవాటునకు బానిసీడు అయిపోయినాడందురు. ఆతని బుద్ధి భ్రష్టమయి పోయినదందురు. మంచిఅలవాట్లుగల వ్యక్తిని గురించి ప్రజలు ఆవ్యక్తి స్వభావ మెంత మంచిది, ఆతని అలవాట్లు ఎంత మంచివిఅని చెప్పుకొందురు.

మానవులందరు తమ తమ అలవాట్లకు అధీనులయి యుందురు. వారిపుడేకాదు భవిష్యత్తులో సయితము యిట్లే అలవాట్లకు అధీనులయియుందురు. అవి మంచివి కావచ్చును- చెడ్డవి కావచ్చును. వారు ఏ ఆలోచనలను, ఏ కార్యములను మాటి మాటికి జేయుచుందురో వాటిచే ప్రభావితులయి వాటికి లోబడియుందురు. భూత భవిష్యద్వర్తమాన కాలములందును ఈ సూత్రము ప్రతి మానవునకు సమానముగ సరిపోగలదు. ఇది యెఱింగి బుద్ధిశాలి మంచి మంచి అలవాట్లను అలవఱచుకొని ఆనంద మనుభవింపగలడు. అపుడువానికి సుఖము, శాంతి, స్వాతంత్ర్యము కరతలామలకములగును ఆతడే చెడ్డఅలవాట్లకు లోబడుచో దుఃఖదైన్యములను, పారతంత్ర్యమును అనుభవింపగలడు.

ఈ అభ్యాస సూత్రము మిక్కిలి ప్రయోజనకరమైనది. ఇది ఒకవంక చెడ్డ అలవాట్లకు అలవడిన వ్యక్తిని బంధితునిగావించి పరతంత్రు నొనరించుచున్నది. అపుడాతనిని దుఃఖములపాలు చేయుచున్నది. మఱొకవంక మంచి అలవాట్లుగల వ్యక్తికి ప్రయోజన కారియయి వానిని బంధవిముక్తుని జేసి సుఖశాంతుల ప్రసాదించుచున్నది.

సదభ్యాసముల కభ్యస్తుడయిన వ్యక్తి సత్కార్యముల
అప్రయత్నముగ తనంతటతాను చేయుచున్నాడు.

అందువలన ఆతడు జీవితమంతయు సుఖమనుభవించు
చున్నాడు. అలవాటుల కారణముగ మానవుడు అప్రయత్న
ముగ, సహజముగ జేయు కార్యములగాంచి కొందఱు అల
వాటువలన మానవుడు అస్వతంత్రుడని, అశక్తుడు అగు
చున్నాడని ఆతడు తన అభిరుచి, ఇష్టమునుబట్టి కార్య
మాచరించు స్వేచ్ఛా స్వాతంత్ర్యములను గోల్పోవు
చున్నాడని ఆతడు పుట్టుకతోనే మంచివాడుగనో, చెడ్డ
వాడుగనో పుట్టుచున్నాడని ఆతడు ప్రకృతిచేతిలో కీలు
బొమ్మ అని నుడువుచుందురు.

మనుష్యుడు తన ఆలోచనలచేత ఆడింపబడు ఆట
బొమ్మ అనుమాట వాస్తవమే. ఆతనిపయి ఆతని ఆలోచ
నల ప్రభావము పడుచుండుననుటయు సత్యమేకాని యీ
ఆలోచనలు జడప్రాయములుగావు. ఆతడు సంకల్పించునేని
తన ఆలోచనలను సరిక్రొత్త మార్గములకు మరల్పగలడు.
ఆతడు వజ్రసంకల్పుడగునేని తన అలవాట్లను మార్చుకొన
గలడు. ఆతడు పుట్టువుతోనే ఒక విశిష్టచరిత్రగల వాడయి
జన్మించినాడనుటయు నిజమే. ఆ చరిత్ర ఆతని జన్మజన్మాం
తర సంస్కార ఫలితమనుమాటయు తథ్యమే. ఆతడు సంక
ల్పించునేని ఈ జన్మలో సయితము తన సంస్కారములను
తన నూతనానుభవజనన జ్ఞానముద్వారా మార్చుకొన
గలడు.

ఒకవ్యక్తి తన చెడ్డ అలవాట్లు లేక దుర్గుణములవలన విసిగివేసారుగాక, ఆతడు తన చెడ్డ అలవాటులనుండి తప్పించుకొనజాలని నిస్సహాయస్థితిలో నుండుగాక, ఆతడు తన బుద్ధిద్వారా తన దురభ్యాసములను త్యజించి వాటి స్థానమున సదభ్యాసములను స్వీకరింపగలడు.

ఆతడు సదభ్యాసముల కభ్యస్తుడగునేని దురభ్యాసములవలె వాటిని త్యజింపగోరడు. ఏలననగా సదభ్యాసములవలన ఆతడు దుఃఖ దారిద్ర్య బంధవిముక్తుడయి నిరంతర సుఖసౌభాగ్యములతో తులతూగగలడు.

మానవుడు ఏ అలవాటును స్వయముగ తనకు తానయి అలవఱచుకొనెనో సంకల్పించునేని దానినాతడు త్యజించగలడు. లేదా తనకనుకూలముగ మార్చుకొనగలడు. చెడ్డ అలవాట్ల వలన ఆనందము, హాయి లభించుచున్నంతవఱకు వాటినాతడు త్యజింప నిచ్ఛగించడు. కాని ఆ దురభ్యాసములు దుఃఖప్రదములయి నిరంతరము వానిని చింతాకుల చిత్తుని గావించుచుండునేని వాటినుండి విముక్తి నందప్రయత్నించును. తుదకు వాటిని త్యజించి వాటికి బదులుగ సదభ్యాసములను అలవరచుకొనగలడు.

ఈ జగతీ తలమున ఏ మానవుడును నిరంతరము దుఃఖ దారిద్ర్యబంధమున బడి నిస్సహాయుడయి నిర్వేదముతో క్రుంగి కృశించిపోనక్కఱలేదు. ఏ నియమ నిబంధనలచే మానవుడు తనను స్వయముగ బంధించుకొనెనో, ఆ నియమ నిబంధనలద్వారానే బంధమునుండి విమోచ

నము నందగలడు. ఆతడు ఆలోచనాపరుడయి, మిక్కిలి పరిశ్రమించి దుఃఖదాయకములు, పారతంత్ర్య పరవశత్వ మూలకములగు తన పురాతనాలోచనలను, తన ప్రాచీన కార్యపద్ధతులను మానుకొనవలసియుండును. వాటి స్థానమున సుఖప్రదములు శాంతి సంధాయకములు, స్వాతంత్ర్య పోషకములునగు నూతనాలోచనలను, నవ్యకార్యపద్ధతులను నెలకొనజేయవలసియుండును.

ఈ నూతనాలోచనా స్వీకారము ఈ నూతనకార్య పరిగ్రహము ఒక దినములోగాని, ఒక మాసములోగాని ఒక సంవత్సరములోగాని సాధ్యపడక పోవచ్చును. కాని నిరాశ జెంద బనిలేదు త్యజించి దురభ్యాసముల వాటిస్థానమున సదభ్యాసముల నలవరచుకొనుట అంత సులభ కార్యము కాదు.

దీనికి కొంత కాలము పట్టును. కాని మార్పుకలిగి తీరును. జయము సిద్ధము. ఇందావంతయు సంశయములేదు. ప్రప్రథమమున అపజయము కలిగినను ప్రయత్నము విరమింపరాదు. వజ్ర సంకల్పము, ఉల్లాసపు పట్టుదలతో ప్రయత్నమునంటిపెట్టుకొని యుండవలయును. చివరకతడు సఫలమనోరథుడగును. మీకు బుద్ధిపూర్వకముగ వాంఛింపనట్టియు, దుఃఖప్రదమగునట్టియునగు దురభ్యాసము బలపడి పాదుకొనపోవగలిగినపుడు సహజము, సత్ఫలదాయకము, సత్ప్రభావ సమన్వితమునగు సదభ్యాసమేల అభ్యస్తము కానేరదు. మనుష్యుడు "నేను నా కష్టములనుండి గట్టెక్క

లేను, నేను నా చెడ్డ అలవాట్లను మానుకొనలేను ” అని భావించుచున్నంతవఱకు వాని కష్టములు, అలవాట్లు తొలగనేరవు. ఇట్టి నిరాశోపహత దుర్భల భావన కలిగి యుండువఱకు ఆతడు కష్టములనుండి కట్టెక్కలేడు. అలవాట్లను మానలేడు. మానవజీవనపథమున మానవుని నిరాశయే వినాశాత్మకము, విపత్కరమునయి యున్నది. నేను నా దురభ్యాసమును త్యజించలేను' అను భావనయే మనిషికి భయంకరశత్రువు. ఈ భావనయే వానిని పెడత్రోవపట్టించు సైతానుగభావించవలెను. ఈభావనను మనోఫలకమునుండి తుడిచి పెట్టెదవేని నీవు సకలకష్టములనుండి, పాపములనుండి విముక్తి నందుదువు. నే నీ దురభ్యాసమును దూరమొనరించుకొనలేను అని భావించుచున్నంతవఱకు నిన్నాదురభ్యాసము ఛాయవలె నిన్ను వెంబడించుచునే యుండును. అప్పటివఱకు ఆ దురభ్యాసమునకు దాసుడవయి యుందువు. నీ మనోబలమువలన, నీ సంకల్పశక్తి సాహాయ్యమున నీవు దురభ్యాసమను శత్రువును జయించగలవు. ఒక దైవశక్తి నాకు తోడ్పడగలదు. ఒక మహాపురుషుడు నన్ను ఉద్ధరించగలడు అని భావించుచుండుట అవివేకము. నేనే అవతార పురుషుడను, నన్ను నేనే ఉద్ధరించుకొనగలను అని భావించనంతవఱకు అతడు స్వతంత్రుడు కాలేడు. సంస్కరింపబడడు. “మానవుడే సత్యము. మానవుడే మాధవుడు. అనుమాట ప్రతి మనుష్యుడు నిత్యము జ్ఞాపకముంచుకొనదగును. అపుడే ఆతడు మంచిఆలోచన

చేయుగలడు. తత్ఫలితముగ మంచి కార్యములాచరింప గలడు.

మనల బంధించునవి మన అలవాట్లే - మనల బంధ విముక్తుల జేయునవియు అవియే. అలవాటు యొక్క ప్రథమ దశ ఆలోచన, ఆలోచనయే పిమ్మట కార్యముగ బరిణ మించును.

ఆ కార్యమే పునరావృతమయి అలవాటుగ మారు చున్నది. కనుక నీ మనస్సున ఉదయించు చెడ్డ ఆలోచన లను మంచి ఆలోచనలలోనికి మార్చుకొనుము. అపుడు మీరు చేయు కార్యములు సయితము తత్ క్షణమే మంచివిగ మారిపోగలవు. నీవు నీ చెడ్డ ఆలోచనలను విడువక వాటినే అంటిపెట్టుకొని యుందువేని అవి నిన్ను తన ఉక్కుపిడికిలిలో బిగించి వేయుగలవు. నీవు మంచి యాలోచనల జేయుదువేని స్వతంత్రుడవయి సుఖజీవనము చేయుగలవు, చెడ్డ ఆలోచనలచే ప్రేరితుడయి బంధమునబడి యుండగోరు వ్యక్తిని అందేపడి యుండనిమ్ము. బంధము నుండి బయటపడ నుత్సహించు వ్యక్తిని బయటకు వెడలి స్వతంత్రునిగ బ్రతుకనిమ్ము. ఎవనికర్మకు వాడే కర్త, ఎవని కర్మఫలము వాడే అనుభవించవలెను. ఇది సిద్ధాంత వాక్యమనుట మఱువకండి.

"అవశ్యమను భోక్తవ్యం,
కృతంకర్మ శుభాశుభం"

"బంధనమును కల్పించుకొనువారము మనమే దానిని త్రెంచుకొనగలవారము మనమే"

"వెనుకటి అభ్యాసఫలమే మన జీవనము. ప్రస్తుతాభ్యాసము వలన మన భావిజీవిత నిర్మాణము జరుగును. కొంత జీవితచక్ర పరిభ్రమణము వలన మనమీస్థితికి వచ్చితిమి. సక్రమముగ ఈ చక్రమును తిరుగనిచ్చితివేని దీని పరిభ్రమణము పూర్తియగును."

"ధైర్యముగా కార్యమాచరింపుము. ఒకదినములోనే ంవత్సరములోనే సిద్ధి కలుగునని ప్రతీక్షింపకు, న్నత లక్ష్యమును అంటిపెట్టుకొనియే యుండుము. ంగా నుండుము. చాపల్యము రానీయకుము. ప్రపంచ పాప మేదని యున్నయెడల అది దౌర్బల్యమే. విధములగు దౌర్బల్యములను తొలగించుకొనుము.

దుర్బలత పాపము, దుర్బలతయే మృత్యువు, ర్బల చంచలాత్మను మానవుడనుటయే తప్పు."

— స్వామి వివేకానంద.

ఆరోగ్యము - ఆదివ్యాధులు

వర్తమాన యుగమున వేలకొలది ఆస్పత్రులు, ఆరోగ్యసంస్థలు స్థాపింపబడి పనిచేయుచున్నవి. దీనినిబట్టి మానవసమాజము రోగములచే ఎంత చుట్టుముట్టబడి యున్నదో తెలియుచున్నది. ప్రతి చికిత్సాలయములో రోగముల నివారించుటకు అహోరాత్రములు అవిరళకృషి సలుపుచునే యున్నారు. ఒక్కొక్క రోగమునకు ఒక్కొక్క స్పెషలిస్టు చికిత్స చేయుచునే యున్నారు. కాని రోగములు తగ్గకపోగ పెరుగుచున్నవి, శారీరక వ్యాధులవలెనే ఈకాలపు మనుష్యుల మనస్సులును అశాంతి నిలయములుగ నున్నవి మనుష్యులలో మానసికశాంతి, మానసిక స్వాస్థ్యము కఱవయినవి. మానసికశాంతిని కలుగజేసి మానసిక స్వాస్థ్యమును కలుగజేయుటకు అనేక మతసంస్థలు ప్రబోధ ప్రచారములు గావించుచునే యున్నవి. ప్రపంచమందలి ప్రబలితములయియున్న మతములన్నియు మానవుల మనస్సులను పవిత్రీకరింప ప్రయత్నములు చేయుచునే యున్నవి, కాని వారిమనస్సులు పవిత్రములగుటకు మారుగ అత్యంత అపవిత్రములయి పతనోన్ముఖములగుచున్నవి. ఇపుడొక ప్రశ్న ఉదయించుచున్నది. ఈ చికిత్సాలయములు, ఈ ఆరోగ్య సదనములు నిరర్థకములేనా ? ఈ మతసంస్థలు, మతప్రబోధములు నిష్ప్రయోజనములేనా ? వీటిపయి వెచ్చింపబడు ధనము వృథాయేనా ? ఇక ఈ సంస్థలను మూసివేయవలసినదేనా ?

గత అధ్యాయములలో వెల్లడించిన భావములే ఈ ప్రశ్నలకు జవాబను నట సమంజసము. మనుష్యుడు తన మనస్సును వశ మొనరించుకొన నంతవఱకు ఆతడు రోగ గ్రస్తుడు, శోకసంతప్త హృదయుడుగనే యుండును.

అంతవఱకు ఆతని జీవితము దోషదూషితము, అశాంతిమయముగనే యుండును. చికిత్సాలయములు మత సంస్థలు బాహ్యోపచారములు మాత్రమే అయియున్నవి. ఇవి మనిషికి శాంతినొసంగుటకు బాహ్యోపకరణములు మాత్రమే, వీటిప్రభావము మనుష్యుని మనస్సుపయి ప్రసరించుటలేదు. ఎవరెన్ని ధర్మప్రబోధములు చేసినను, ఎవరెన్ని చికిత్సావిధానములను ప్రయోగించినను మనము మన మనస్సులను జయించనంతవఱకు అనగా మనస్సును వశపఱచుకొనంతవఱకు నిరర్థకములు. మన ఆలోచనలు అశుభ్రముగ ఉన్నంతవఱకు వాటివలన ప్రయోజనము పొందలేము.

రోగములు, దుఃఖములు, పాపములు బాహ్యోపచారముల వలన ఉపశమించవు. మన రోగములకు మన మనస్సే మూలకారణము. మనరోగ నిర్ణయము మన మనసు నుబట్టి చేయవలసి యుండును. ప్రాకృతిక పరిసర పరివర్తన ప్రభావము సయితము రోగములకు కారణములనుటనే నొప్పుకొందును. మానవశరీరముపయి వాటిప్రభావము ప్రగాఢముగ నుండుననుటయు నేనంగీకరింతును. బాహ్యభౌతిక కారణములు సయితము అనేక వ్యాధులకు చాలవఱకు మూలములనుట నిస్సందేహము. ఇతర కారణ

ములవలె మనస్సునకు ముఖ్యకారణమనుట మఱవరాదు. అశుద్ధత అనేక వ్యాధులకు కారణమగుచున్నది. అశుద్ధత మన మానసికస్థితిని దెలుపును. మన మనస్సు అపవిత్రముగ నుండుచో మనముండు ప్రదేశమును అపరిశుభ్రముగ నుండును. అపరిశుభ్రతకు ముఖ్యకారణము మనస్సు అనుట అతిశయోక్తి కాదు.

నేటి నాగరిక ప్రపంచమున మానవుడు తన అభిలాషలను, అభిరుచులను, అవసరములను అనంతముగ పెంచుకొనినాడు. తన్మూలమున ఆతడు శాంతిని. సమానమును గోల్పోవుచున్నాడు. అతడు అనేక వ్యాపకములకు, వ్యవహారములకు లోనయి శరీరధర్మములను, ఆరోగ్యవిధుల నుపేక్షించుచున్నాడు. అపుడతడు రోగగ్రస్తుడగుచున్నాడు. ఈ అంతుమాలిన అవసరములే కోరికలే ఆతనిని రోగగ్రస్తునిజేయుచున్నవి. ఒక అవసరము తీరగానే మఱొక అవసరముకొఱకు ఒకకోరిక తీరగానే వేఱొక కోరిక నుతీర్చుకొనుటకొఱకు ఆతడు ఉరుకులు, పరుగులు పెట్టుచున్నాడు. తత్ఫలితముగ ఆతడు విశ్రాంతిగ తృప్తిదీర పొట్టనిండ భోజనం చేయలేకపోవుచున్నాడు, ఆదమఱచి సుఖముగ నిద్రపోలేకపోవుచున్నాడు.

వాని యీ కోరికలే కామక్రోధాదులుగ మారి వానిని రోగగ్రస్తుని జేయుచున్నవి, మఱి మృత్యువాతను బడవేయుచున్నవి. నేడు ప్రపంచమును యుద్ధజ్వరముపట్టి పీడించుచున్నది. స్వార్థపరత్వమే దీనికి కారణము. మనము మన పొరుగువాని సుఖ సౌకర్యములను, స్వాస్థ్యములను

అపహరించుచున్నాము. అనగా మన ఆశాపాశము అంత నిడివి అయినందున్నమాట మనము మనదృష్టిని పశువులవంక సారింతుమేని అవి ఈకాలపు మనుష్యులకంటె ఎన్నోరెట్లు ప్రశాంతముగ బ్రతుకుచున్నట్లు తెలియగలదు. అవి ఒకసారి ఆహారమును తీసుకొనిన తరువాత హాయిగనిద్రపోగలవు. కాని మనుష్యుడు అంతులేనికోరికలకు దాసుడయి అశాంత చిత్తుడగుచున్నాడు. పశువులు తమ పరిస్థితులననుసరించి ఇతరపశువులతో కలిసిమెలిసి జీవించుచున్నవి.

సారసపక్షులు, చిలుకలు, కొంగలు గుంపులు గుంపులుగ కలిసి ఆకాశపథమున విహరించుచున్నవి. చీమలు బాటను బారులు బారులుగ కలసి పరస్పర సహకార సాహాయ్యములు చేసుకొనుచున్నవి. అవి తమ ఆహార పదార్థములను ఒకటికొకటి అందించుకొనుచు గమ్యస్థానమునకు చేరవేసుకొనుట మనము నిత్యము ప్రత్యక్షముగ చూచుచున్నాము. ఈ జీవులు మనుష్యులకంటె హీనములని భావింపదగునా? మనుష్యులు పరస్పర ప్రేమతో, ఐక్యభావముతో ప్రవర్తించుచున్నారో, ఆధునిక యుగమున మనుష్యులు పశువులకంటె సుఖముగజీవించుచున్నారో మనుష్యులే ఒకరికొకరు నిర్దయులయి, రాక్షసులయి, నరుకుకొనుచున్నారు. అట్లనుట పశువు చతుష్పాద జంతువు అగుచో మనుష్యుడు ద్విపాదపశువు అగుచున్నాడు. పశువేకాదు పశువుకంటె పతితుడు, పాపి యగుచున్నాడు. అట్టితటి మానవుడు తనను సృష్టిలోని సమస్త జీవులకంటె ధికుడనని అదిరపడనేల?

ఎప్పుడు మనుష్యుడు ఈర్ష్యా ద్వేషములను విడనాడునో, ఎపుడు అతడు స్వార్థమును త్యజించి సేవాభావమును స్వీకరించునో ఎప్పుడాతడు తన పొరుగువాని మేలును కోరునో అపుడే అతడు దైవసమానుడగుచున్నాడు.

శరీరము మనస్సుయొక్క ప్రతిబింబము. శరీరముపయి మనోభావముల ప్రభావముపడుచుండును. శరీరము మనస్సునకు లోకువ. ప్రతి శారీరకావస్థకు మనస్సే మూల కారణమని విజ్ఞానశాస్త్రవేత్తలు నిర్ణయించగలరు.

మానవుని స్వాస్థ్యము అతని సత్ప్రవర్తనము, మనశ్శాంతిపయి ఆధారపడియున్నది. ఏవ్యక్తియైని రోగగ్రస్తుడయినపుడు అతడు మానసిక చికిత్సకుపక్రమించునేని మందులవలె వెంటనే గుణముకనపడక పోవచ్చును. కాని నెమ్మదిగ గుణము కనబడును. మానవుడు ధర్మపథానుగామియగుచో అతడు క్రమముగ ధార్మికుడగును. అతని నైతిక బలము దినదినాభివృద్ధి యగుచో అతని శాంతియుత ధార్మిక మానసము శారీరకవ్యాధుల నిర్మూలించుటలో తన ప్రభావమును జూపగలదు అతనికొక్కసారిగ సంపూర్ణ స్వాస్థ్యము లభింపకపోవచ్చును. బాధోపశమనము కలుగగలదు. అతని నిశ్చయాత్మకాలోచనము, మానసిక శక్తిచిత్తవృత్తుల నిరోధము అతనిరోగమును క్రమముగ నివారింపగలవు. మానసిక అశాంతివలన, మనోవికారముల వలన రోగము సమూలముగ నివారణకాదు. పైగా ఒక్కొక్కపుడు అది అసాధ్యముగ మారవచ్చును. మనస్సుముఖ్యము శరీరము అముఖ్యము. (మనస్సుప్రధానము శరీరముగౌణము) మనస్సు

ప్రబలముగ నున్నచో శరీరమువలన మనసునకు హాని వాటిల్ల నేరదు. చాలమంది మొట్టమొదట మనస్సునకీయదగు ప్రాముఖ్యమును దానికీయనుత్సహింపరు రోగము తగ్గి పోయినను శక్తిహీనతము, దృఢతమమునగు మనస్సు కలిగి యున్నచో రోగినిరంతరము సుప్రసన్నముఖారవిందుడయి యుండును. దౌర్బల్యము, రోగము ఆతనిని బాధింపనేరవు. ఆతడా స్థితిలో సయితము పరులకుపకారముగావించుచుండును.

ఆరోగ్యశాస్త్రజ్ఞులు "ఆరోగ్యములేని వ్యక్తి ప్రయోజనకరమగు ఏసాంఘిక కార్యము గావింపజాలడు. ఆతడు తనజీవితమును సౌఖ్యవంతముగ గడుపజాలడు" అని నుడువుచుందురు. కాని వివిధ దేశములలో వివిధ రంగములలో ఘనకార్యములు సాధించినవారు, దుర్బలులుగ, రోగులుగ నుండుటనే మనము చూచుచున్నాము. అట్టితఱి శరీరశాస్త్రజ్ఞుల కథనములో మాకుసారము కనబడుటలేదు. రోగగ్రస్తుడు బుద్ధితో మఱింత ఎక్కువగ పనిచేయుచుండుటను, పైపెచ్చు రోగమువలన బుద్ధి కత్యంత బలములభించుచుండుటను మనము అనుదినము ప్రత్యక్షముగ చూచుచున్నాము. రోగమువలనబుద్ధిచే చేయుబడు కార్యమునకెట్టి ఆటంకము కలుగనేరదు. ఆనందమయము, ప్రయోజనకరమునగుజీవితప్రాప్తికి మంచిఆరోగ్యము అవసరమనువిషయము మాకుయుక్తియుక్తముగ కనబడుటలేదు. ఈవాదముగావించువారు మనస్సును శరీరమునకు లోకువ జేయుచున్నారు.

ఎవరిమనస్సులు శక్తివంతములో అట్టివారి శరీరములు రోగగ్రస్తములయినను వారు లక్ష్యపెట్టరు. వానినుపేక్షింతురు. వారి కేరోగములు లేనట్లే భావించి తమ కార్యకలాపములను యథారీతి కొనసాగించు కొనుచునే యుందురు. ఈ చందమున శరీరము నుపేక్షించుటవలన మనస్సు పరిపుష్టము, ఆరోగ్యవంతముగ నుండుటయేగాక శరీరము సయితము స్వస్థమగుచున్నది. మనము సంపూర్ణారోగ్యమును బడయజాలకున్నను స్వస్థతగల మనస్సును మాత్రము తప్పక పొందగలము. వాస్తవమునకు శరీరము స్వస్థముగ నుండుటకు స్వస్థతగలమనస్సే మూలకారణము.

అస్వస్థ శరీరముకంటె అస్వస్థ మానసమే అధిక దుఃఖదాయకము. మానసిక అనారోగ్యమువలన శారీరక వ్యాధి పెరుగగలదు. శారీరక వ్యాధిగ్రస్తునికంటె మానసికముగ దుర్బలమగు మానవునిస్థితి దయనీయము. మహా దుఃఖప్రదము. మనోదౌర్బల్యమువలన తమ రోగముల నుండి విముక్తి నందజాలని రోగులను డాక్టర్లు చూచుచునే యున్నారు. మనోవ్యాధికి మందులేదనుమాట ముమ్మాటికి నిజము. అందువలన కొందఱు డాక్టర్లు ముందుగ రోగియొక్క మానసికస్థితిని పరీక్షించి, ముందుగ వారికి మనోనిబ్బరము కలుగజేసి మానసికముగ స్వస్థునిగ జేయుచుందురు. అప్పుడు శారీరకవ్యాధి చాల సులభముగ నివారణ అగుచున్నది. మనుష్యుడనిపించుకొనగోరువ్యక్తి మొట్టమొదట తన మానసిక, శారీరక భోజన విషయిక సమస్త దుర్బలాలోచనలను దూరమొనరించుకొనవలెను. అనగా ఎల్లప్పుడు

తన శరీరమునుగూర్చి, భోజనమునుగూర్చి లేనిపోని పిచ్చి భ్రమలను పెట్టుకొని అదేపనిగ వాటినిగూర్చి చింతించుట మానవలెను ఏ భోజనము సమస్త జనులకు లభ్యమయి ఆరోగ్యప్రదముగ నుండునో అది తనకు సరిపడుటలేదని ఏ మానవుడు భావించునో ఆతడు మానసిక రోగగ్రస్తుడని తలంపవలెను. వాని మనోదౌర్బల్యమును దూరము చేయుటయే దీనికుపచారము.

సామాన్యమానవులకు దుర్లభమగు పౌష్టికాహారము మద్రసోపేతాహారము వలననే తన ఆరోగ్యము బాగుండునని తలంచు మానవుడు తనవ్యాధుల తనకుదానయి ఆహ్వానించుకొను చున్నాడని తలంపవచ్చును. శాకాహారి "బంగాళాదుంపలు తినుటవలననే ఆరోగ్యము చెడిపోయినది. పండ్లు తినుటవలన నాకజీర్ణము కలిగినది. సీమరేగు పండు తినుటవలన ఆమ్లము హెచ్చినది. పప్పుపదార్థములు విషప్రాయములయినవి కూరగాయలవలన చాలకీడు కలిగినది. ఈ రీతిగనే ఇతర ఆహారపదార్థములు పయిలము నా ఆరోగ్యమును చెడగొట్టుచున్నవి" అని సందేహించుచుండునో, ఏ లక్ష్యము నుద్దేశించి ఆతడీవిధముగ నుడువుచున్నాడో ఆ లక్ష్యమునకు విరుద్ధముగ నడచుచున్నాడనుట నిస్సందేహము. ఆహార విషయములో ఏ నియమ నిబంధనల పాటింపని మాంసాహారుల యెదుట పిడివాదిగ ఋజువుచేసుకొనుచున్నాడు. పండ్లు తినుటవలన మనము రోగగ్రస్తులమగుదుమనుకొనుట ప్రకృతినిగూర్చి భోజన నియమముల

గూర్చి మన అజ్ఞానమును తెలుపుటయేగాక ప్రకృతికి విరుద్ధముగ ప్రవర్తించుచున్నామనుట మఱియొకటి.

శరీరమును శక్తిసంపన్నము, దీర్ఘాయుష్మంతము గావించుటయే ఆహారముయొక్క లక్ష్యముకాని దానిని దుర్బలము గావించి నశింపజేసుకొనుట కాదు. ఆహారమును గూర్చి పిచ్చిభ్రమలకు లోనయి ఎవరో కానూహించిన ఆహారముద్వారా తమ స్వాస్థ్యమును వృద్ధిగావించుకొన జూచుచుండుట ఆశ్చర్యము. దీనివలన వారిశరీరములకు గొప్ప హాని సంభవించుచున్నది. శుద్ధసాత్త్విక ప్రాకృతికాహారము వారికాయువు, ఆరోగ్యము ప్రసాదించక వారిని మృత్యుముఖమున బడద్రోయుచున్నదను వారి యీ భావన ఎంతో భ్రమ ప్రమాదభూయిష్ఠము. ఒక పర్యాయము ఒక వితండ వాదియగు ఆహారశాస్త్రజ్ఞుడొకడు రొట్టెతినుటవలన జబ్బుపడితినని అందఱితో చెప్పుచుండెను. మితిమించి రొట్టెలు తినుట వలన అస్వస్థత కలిగినదని చెప్పుటలేదు. ఇవన్ని అపోహలు, చెడ్డ ఆలోచనలు. కనుక మనము ఈ రోగమూలకములగు ఇట్టి పనికిమాలిన ఆలోచనలను మన మనోమందిరమున ప్రవేశింప నీయకుందుముగాక ! ఇట్టి నిరాధారములు, నిర్హేతుకములునగు కారణములవలన మనకు రోగములు కలుగుచున్నవని మనము భావింపకుందుముగాక !

మనుష్యుడు తన స్వల్పములగు కష్టనష్టములకు ప్రాముఖ్య మీయరాదు. మనకు కొంచెము తలనొప్పి వచ్చినదా డాక్టరువద్దకు పరుగెత్తుచుందుము. మనము

కొంచెము కష్టపడవలసి వచ్చినదా దురదృష్టవంతుల మనుకొందుము. ఇవి మన మానసిక దౌర్బల్యమునకు మనచరిత్ర బలహీనతకు నిదర్శనములు.

మానవ జీవితములో ఇటువంటి సామాన్య కష్టములు, ఇబ్బందులు తటస్థపడుచునే యుండును. వీటినిగూర్చి అదే పనిగ ఆలోచించుచు కూర్చుండుటవలన ప్రయోజనము లేదు. ఇట్టి స్వల్ప విషయములను గోరంతలను కొండంతలుగ భావించడం అనర్థహేతువు. మనము మనకష్టములను గూర్చియు, ఆధివ్యాధులగూర్చియు ఆలోచించుటకు బదులుగ మన సుఖమునుగూర్చియు, మన ఆరోగ్యమును గూర్చియు ఆశావిశ్వాసముల గలిగియుండువేని మిక్కిలి ప్రయోజనము కలుగగలదు.

ఒక సుప్రసిద్ధకవి ఎంత చక్కని భావముల ప్రకటించెనో గమనింపుడు :—

"మనము సుఖమయ జీవితము గడుపుదుము గాక! మనమెవ్వరిని ద్వేషింపకుందుముగాక! మనల ద్వేషించువారలమధ్య మనము ద్వేషములేనివారమయి ఆనందముతో సంచరింతుము గాక! మనము వ్యాధిపీడితులమధ్య ఆరోగ్యవంతులమయి ఆనందమయ జీవితము గడుపుదుము గాక! మనము లోభులకు దూరముగనుండి జీవితసౌఖ్య మనుభవింతముగాక! లోభులకుమధ్య నివసించుచున్నను లోభరహితులమయి. ఉదారులమయి ఉత్తమ జీవితము గడుపుముగాక!".

నైతిక సిద్ధాంతముల ననుసరించి జీవన పథమున పయనింతుమేని సంపూర్ణారోగ్యము, శాంతి సంతోషముల బడయగలము, ఈ నైతిక సిద్ధాంతములే మన జీవితమును తీర్చిదిద్దుచున్నవి. వీటివలన జీవితమందలి ప్రతిరంగము పరిష్కృతమయి ప్రకాశింపగలదు.

మానవుడు ఈ నైతిక సిద్ధాంతములను చక్కగ గ్రహించి వాటి ననుసరించి ప్రవర్తించునేని స్వల్ప విషయము మొదలుకొని గొప్ప విషయముల వఱకు సమస్త విషయములలో ఉన్నతినందగలడు, ఈ సిద్ధాంతములు ఒకవంక మనుష్యుని ఆహారము నియమబద్ధము గావించుచు ఆహారసంబంధములగు వ్యర్థపుటాలోచనలనుండి, అర్థ లేని అపోహాలనుండి విముక్తుని గావింపగలవు మనుష్యు పవిత్రాలోచనలు ఆతని సమస్తదోషములను దూర మొన రించి శరీరమును బలిష్ఠముగ స్వస్థముగ నుంచగలవు సచ్చరిత్రుడు శారీరకముగను స్వస్థుడుగనుండును.

నిరంతరము రోగముల గూర్చి, మనశరీరమునుగూర్చి అర్థములేని అపోహాలకులోనయి ఊరకే మనోవ్యాకుల జెందుచుండుటకంటె దానిని పట్టించుకొనకుండ తటస్థభావములో నుండుటయే శ్రేయస్కరము. ఇంతేకాదు మనః మఱొక అడుగు ముందునకు వేయవలెను. అనగా మన రమునకు మనమే యజమానులమనుమాట జ్ఞాపకము కొనవలెను. అనగా శరీరముమీద మనకు సంపూర్ణ యా

మాన్యము, అధికారము ఉండవలెను. మనము మన యింద్రియములను మనస్సును వశపఱచుకొన గలిగినపుడే మనము మన శరీరమునకు యజమానులుగనుండ నర్హులమగుదుము. ఏనాడు మన ఆహార విహారములను మితముగ, హితముగ, నియమబద్ధముగ నుంచుకొందుమో, ఏనాడు మనము మన శరీరముకంటె సత్ప్రవర్తనకే ప్రాముఖ్య మొసంగెదమో, ఏ దినమున మనము మన శరీరమును వైద్యుల కృపాకటాక్ష వీక్షణములపై ఆధారపడకుండ మన నైతికబలముద్వారా, పరిశుద్ధ చిత్తముద్వారా స్వస్థముగ నుంచుకొనుటకొఱకు ప్రయత్నింతుమో ఆ దినమున మనము సుఖము, శాంతి ననుభవింతుము. ఆ దినమే మనకు శుభోదయము.

పేదరికము

ప్రాచీనకాలము నుండి ప్రతియుగమునందు మహాపురుషులు తమ ఉన్నతాదర్శసిద్ధికొఱకు ధనమును తిరస్కరించి నిరాడంబరజీవితమును గడపిరి. వారు పేదరికమును దైవప్రసాదముగ స్వీకరించిరి. అట్టి ఆ జనులు పేదరికమును ఏల ఘోరవిపత్తుగ భావించుచున్నారు ఏ పేదరికమును మహాపురుషులు వరప్రసాదముగ భావించి వరించిరో ఆ పేదరికమునే ఈ కాలపు జనులు ఈశ్వరునిచే తమకు విధింపబడిన ఘోరదండనగ, మహామారిగ ఏల భావించుచున్నారు!

మహాపురుషుల సంయమిత ఉన్నత మానసమే దీనికి కారణమనుట స్పష్టము. మనస్సులో మహత్త్వమున్నచో, ఆలోచనలు తేజస్వంతములగుచో ధనాభావము ఏమి చేయగలదు. మహాత్ములకు ధనముతో ఏమి పని! ఏ మనిషికి విషయవికారములు లేవో, ఏ మనిషి తృష్ణకు వశీభూతుడు కాడో ఆతనికి ధనమువలన ప్రయోజనమేమున్నది! సాధు సరళ జీవితమే సౌందర్యద్యోతకము. ప్రకృతి ఎంత సరళమైనది. పారిశుద్ధ్యమందే సారళ్యము కలదు. స్వచ్ఛతయే ప్రత్యక్ష సౌందర్యము. పూర్వకాలములో మహారాజులనేకులు తమ భోగభాగ్యములను, రాజప్రాసాదములను పరిత్యజించి పర్ణకుటీరములలో ప్రమోదచిత్తులయి కాలముగడపిరి. శంకరాచార్య భగవత్పాదులు తృష్ణగలవానినే దరిద్రుడనెను. సంతృప్తి గలవానినే ధనవంతుడనెను. వాస్తవ

ముగా దారిద్ర్యమననేమి? పేదరికమనగా డబ్బు లేక పోవుటగాదు. చరిత్ర భ్రష్టతయే దారిద్ర్యము. మత్తు పదార్థముల సేవించుట, తిట్లుతిట్టుట, అవినీతి, దొంగతనము, జూదమాడుట మున్నగునవన్నియు పాపకృత్యములు. అవినీతితో అన్యాయముగ డబ్బు సంపాదించుటకంటె ఆకలి దప్పులతో అలమటించుచు చనిపోవుటయే మేలు. ప్రపంచ మందలి మతప్రవక్తలందఱు ఏసు, బుద్ధుడు, మహమ్మదు ధనమదాంధతను తెగడిరి. నిరాడంబరను పొగడిరి. పాపపు వృత్తి, దారిద్ర్యము ఈ రెంటిలో ఏది చెడ్డది? పాపపు వృత్తియే చెడ్డదనుటలో సందియములేను. పాపపు వృత్తి వలననే దారిద్ర్యము నిందనీయమగుచున్నది. దారిద్ర్యము నుండి పాపాలోచన, పాపవృత్తి పారద్రోలుదుమేని దాని పీడ విరగడయయిపోవును. ఇంతవఱకు ఏ దారిద్ర్యము మిక్కిలి అవమానకరముగ, హీనముగ, హేయముగ భావించబడినదో ఆ దారిద్ర్యమే ఇపుడు దివ్యముగ, భవ్యముగ సాక్షాత్కరింప గలదు. ఇంతేగాదు అపుడది మీకు అత్యంత ప్రయోజనకరముగ కనబడగలదు.

చైనాదేశపు సుప్రసిద్ధ తత్త్వవేత్తయగు కన్‌ఫ్యూసియస్. తనుఒక పేదశిష్యుని ధనవంతులగు ఇతరశిష్యులకంటె అధికముగ ప్రేమించెడివాడు, ఆదరించెడివాడు. ఈ పేద శిష్యుడునేలలో ఒక చిన్నగొయ్యి త్రవ్వకొని అందు నివసించెడివాడు. వేళకు కలో,గంజో త్రాగి తనకున్నదానితో సంతుష్టాంతరంగుడయి, పూర్ణ వికసిత ప్రసూనమువలె సుప్రసన్న ముఖారవిందుడయి కాలము గడపుచుండెడివాడు.

అతడుతనపరిస్థితికిసిగ్గిలువాడుకాడు. ధనవంతులగుశిష్యులు నిరంతరము పరస్పరము కలహించుకొను చుండెడివారు. అసూయాద్వేషములతో క్రుగ్గుచుండెడివారు. దారిద్ర్యము సచ్చరిత్రునికి దుఃఖమునొసంగజాలదు. అదిమహాత్ములను బంగారమునకుతావిఅబ్బినట్లుగ వారినొక ఉన్నతస్థానమున ఆసీనునిగావించును. అందువలననే కన్‌ఫ్యూసియస్‌ని-శిష్యునిగుణములు మిక్కిలి రాణించినవి. అతడుమట్టిలో మాణిక్యమువలె ప్రకాశించెను.

సంఘసంస్కర్తలుదారిద్ర్యమును పాపమునకుమూలమనుచున్నారు, ఆసంస్కర్తలేమరల జనులుఅవినీతిపరులగుటకు ధనమేకారణమనుచున్నారు. ఈకారణమే అవినీతికి, పాపమునకుమూలమగుచోకర్మకూడ పాపభూయిష్ఠమగును. కారణమువలననే కార్యము జరుగుచుండును. కనుక ఏవ్రు ధనము దురాచారమునకు, పాపమునకు, అవినీతికి కారమగుచో ప్రతిధనవంతుడు పాపాత్ముడుకావలసి వచ్చు: అట్లేప్రతిపేదవాడు పరాభవింపబడును.

పాపాత్ముడు సర్వకాల సర్వావస్థలయందు పాపె గావించుచుండును. అతడు ధనవంతుడగుగాక, నిర్ధనుడగుగాక లేక మధ్యతరగతి వ్యక్తి అగుగాక ఇదేరీతిగ పుణ్యాత్ముడు ఆపదెట్టి స్థితియందున్నను ఉపకారమే చేయుచుండును. అట్లగుట పాపపుణ్యములు మానసికములుగాని ధనదారిద్ర్యములతో సంబంధముగలవి కావు. అంతరంగమున దాగియున్న పాపము అవకాశము లభించినంతనే, దానికనుకూల పరిస్థితులు తోడుకాగానే తానంతటది

బహిరంగమయి తీరును. పరిస్థితులు పాపమును సృజించలేవు. ఒకవ్యక్తి స్వీయార్థిక స్థితిపట్ల అసంతుష్టచిత్తుడయి యుండుటయొక విషయము. సహజముగ నిర్ధనుడుగ నుండుట మఱొక విషయము. అనేకమందికి సంవత్సరాదాయము వేలకొలది రూపాయలుండును. వారికి గృహస్థభారము అంతగ నుండదు. శ్రమ చేయవలసిన పనియు నుండదు. అయినను వారు తమను పేదవారుగానే భావించుకొనుచుందురు. ధనతృష్ణయే వారి యీభావనకు మూలకారణము. వాస్తవమునకు వారి యీ వ్యాకులతకు, వ్యగ్రతకు కారణము దారిద్ర్యముకాదు. అధికముగ, అధికాధికముగ ధనమును కూడబెట్టవలయునను వారిదురాశయే, పేరాశయే వారిదుఃఖమునకు కారణమయియున్నది. వారి దారిద్ర్యము మనోకల్పితమేకాని ధనాభావమువలన కలిగినది కాదు. మానవుడు తృష్ణకు వశీభూతుడయి, సంతుష్టిలేనివాడయి ఎక్కువధనమును, పేరాశను కలిగియుండువఱకు గర్భదరిద్రుడుగనే యుండును. పేరాశ వారిని విడువనంతవఱకు ఆతడు తనను పేదవానినిగనే భావించుచుండును. ఈ దృక్కోణముతో చూచినయెడల ఆతడు ధనవంతుడయ్యు పరమదరిద్రుడే. ఏలననగా లోభము మనోదారిద్ర్యసంభూతము. ఒకలుబ్ధాగ్రేసర చక్రవర్తియగు కోటీశ్వరుడు తాను గుడ్డిగవ్వసయితములేని గర్భదరిద్రుడుగ నున్నపుడు తన్నెట్లు దరిద్రునిగ, దీనునిగ భావించుకొనుచుండెడివాడో కోటీశ్వరుడయినపుడును తనను దరిద్రునిగనే భావించుకొనుచుండును.

ఎంతోమంది తమ పేదరికములోనే ప్రమగ్నుచు అంతే సంతృప్తి చెందుచు జీవితము గడుపుచున్నారు. ఇట్టివారు సంతృప్తికి పెడర్థము తీయుచున్నారు. సంతృప్తి యనగ మనము జీవనపథమున ముందునకు పయనించకుండ ఆగిపోవడంకాదు. దారిద్ర్యము, సోమరితనము, మురికి, మూర్ఖత్వము, అశ్లీల ప్రసంగములు, మురికిపేటలు, మురికి యిండ్లలో నివసించుట సంతృప్తికి చిహ్నములుగావు. ఇట్టి సంతృప్తి మూర్ఖత్వమనిపించుకొనును. ఇట్టి దారిద్ర్యము సహజమైనదికాదు. ఇది మానసిక దౌర్బల్య రూపమేకాని అన్యముకాదు. ఈ మనోదౌర్బల్యమునుండి మనము మెలకువగ నుండవలెను. ఈ సమస్యాపరిష్కారమునకు ఒకేఒక ఉపాయము కలదు. మన దారిద్ర్యబంధ మోక్షమునకు ఒకేఒక ఉపాయముగలదు మనదారిద్ర్యబంధ మోక్షమునకు మనము బాహిర ప్రపంచాన్వేషణముకంటె ఆత్మాన్వేషణమే పరిష్కారమార్గము. మానవుడు అంతరంగమున పరిశుద్ధుడుగనుండునేని బాహ్యప్రపంచమునగల మురికిప్రదేశముల నివసింప నిచ్చగింపడు. అవమానముల సహించ నిష్టపడడు. ఆతడు తనమనస్సును నిర్మలముగ, నిర్దోషముగ జేసికొనినచో తన గృహమును పరిశుభ్రముగ నుంచుకొనును. తన ఆత్మీయులను బాగుచేయును. క్రమముగా తన పేటను, నగరమును, దేశమును బాగుచేయుటకు ప్రయత్నించును. ఈ విధముగ ప్రతి మనుష్యుడు మొట్టమొదట తనను సంస్కరించుకొనవలెను. పిమ్మట ఆతడు ఇతరుల

సంపాదించగలడు. అతని మార్పుచెందిన మనస్సు అతని
మారినజీవితములో కనబడుచుండును.

కర్తవ్యనిష్ఠవలన మానవుడు దారిద్ర్యమును నిర్మూ
లించుకొనుటయేగాక అభ్యుదయపథమును కనుగొనగలడు.
అప్పుడాతడు సంపన్నుడు, సౌఖ్యవంతుడు, సఫలమనోరథుడు,
స్వతంత్రుడు కాగలడు. ప్రశాంతముగ నిశ్చలచిత్తముతో
ఆలోచింతువేని జీవితమందలి సమస్తాభివృద్ధులకుకర్తవ్యనిష్ఠ
మూలము. దీనివలన శారీరకబలము కలుగును. కష్టపడిపని
చేయుస్వభావము ఏర్పడును. జీవితముయొక్క ప్రతివ్యవ
హారమును జాగ్రత్తగ గమనించు ప్రవృత్తి అలవడును.
కర్తవ్యనిష్ఠవలన మనలోని జాగ్రత, సాహసము, సత్యసంధత,
వజ్రసంకల్పము స్వావలంబనము పెంపొందగలవు. సకల
సఫలతలకు కీలకమనదగు ఆత్మవిశ్వాస భావనసయితము
కర్తవ్యనిష్ఠవలననే వృద్ధినందుచున్నది.

జీవితములో సంపూర్ణముగ సఫలమనోరథుడయిన
ఒకవ్యక్తిని మీసఫలతకు రహస్యమేమిటని ప్రశ్నింప అప్పు
డాయన "నేను ప్రతిదినము ప్రాతఃకాలమున 6 గంటలకు
మేల్కాంచెదను. వెంటనే నాకర్తవ్యకర్మయందు నిమ
గ్నుడనై యుందును" అని జవాబొసంగెను. మిక్కిలిపరిశ్ర
మించి, స్వకార్యమును చక్కగసక్రమముగ సాధించుకొను
నట్టియు అన్యులకార్యములకు అవరోధములను గల్పింప
నట్టియు నగువ్యక్తియే సఫలతా సౌభాగ్యమును ప్రాప్తింప
జేసికొనగలడు. అట్టివ్యక్తి గౌరవభాజనుడు, ప్రభావశాలి,
ప్రతిభావంతుడు కాగలడు.

మిక్కిలి పేదలకు, మిల్లులలో పనిచేయు కార్మికులకు ఏదేని ప్రత్యేకవిద్యగాని, పనిగాని నేర్చుకొనుటకవకాశముగాని, సమయముగాని లభించదని కొందఱు నుడువుచుందురు. ఇది పొరపాటు ఏదేని ఒక ప్రత్యేక కళగాని, కార్యముగాని, విద్యగాని అభ్యసించుటకుపయుక్తమగు సమయము, సదవకాశము సర్వజనులకు తమ కంటుబాటులోనే యుండును. కాని వారు తమ అశ్రద్ధవలన సోమరితనమువలన వాటినుపయోగించుకొనలేకున్నారు.

పై నుదహరించిన పేదలకు, మిల్లు కూలీలకు సయితము సమయము, అవకాశము లభింపగలవు. ఏ కార్మికులు తాము పనిచేయు కర్మాగారములలోనే తమ ప్రస్తుత స్థితిలోనే సంతృప్తినంద గోరెదరో వారు ఆ కర్మాగారములలోనే మిక్కిలి పరిశ్రమతో యజమానియందు భక్తివిశ్వాసములతో పనిచేయవచ్చును. వారు తమ యిండ్లలోనికి సారా, జూదము మున్నగు దుర్వ్యసనములు ప్రవేశింపనీయకుండ చూచుకొనవచ్చును. వారు తమ తీరిక వేళలలో విద్యనభ్యసించి ఉన్నతి నందవచ్చును. పేదలకేమి, భాగ్యవంతులకేమి సమస్తజనులకు దుర్వ్యసనములు, దురభ్యాసములే శత్రువులనుట నిస్సందేహము. ఏ యువకుడు తన జీవితములో ఉన్నతి నందగోరునో ఆతడు సారాయి త్రాగుట, పొగాకు త్రాగుట, వ్యభిచరించుట, రాత్రులందు ప్రొద్దుపోవువఱకు మేల్కొనియుండుట, నృత్యసంగీతాదులలో, క్లబ్బులలో, సినిమాలలో కాలక్షేపము చేయు

చుండుట మానుకొనవలెను. నేడు భారతదేశములో శ్రమజీవులలో జూదమాడుట, సారాయి త్రాగుట అధికముగ వాడుకలో కలదు.

ఇట్టివ్యక్తులు తమమిగులుసమయమునుతమను విద్యావంతులుగ జేసుకొనుటకు సద్వినియోగము చేసుకొన్నచో ఎంత బాగుండును. ఇదివారి పరమధర్మము. ఈపద్ధతి ననుసరించుటచే ప్రతి దేశములో ధనవంతులు, నిర్ధనులు ఉభయులు ఘనకార్యములు సాధించియుండిరి. మహోన్నతినందిరి. దేశవిదేశములలో రాజకీయవేత్తలుగ, దేశోద్ధారకులుగ సంఘసంస్కర్తలుగ నూతనధర్మసంస్థాపకులుగ సుప్రసిద్ధులయిన మహాపురుషులందఱు సామాన్య పేదకుటుంబములలో జననమందినవారే దేశవిదేశ దేశచరిత్రలే ఇందుకు ప్రమాణములు.

కార్మికులు తమ మిగులు సమయమును తమకు ప్రయోజనకరముగనుండు ఏదేని పనికి వినియోగింపదగుననియు, తమసమయమును శుష్కప్రసంగములకుగాని, పనికిమాలిన పనులకుగాని వృథాపుచ్చరాదనియు మేము పలుసార్లు హెచ్చరించియుంటిమి. ఎవరుతమప్రస్తుత దీనహీనస్థితికి అసంతుష్టిజెంది దిగులుపడియున్నారో ఎవరు తమ భవిష్యత్తును ఉన్నతము ఉజ్వలము గావించుకొనగోరెదరో వారుతామెంత నిరుపేదలో అంతకష్టపడి సహనముతో, ధైర్యముతో పరిశ్రమించి తమఔన్నత్యము

కొఱకు కృషిసలుపుదురుగాక! విఘ్నములు, విపత్తులు ఇట్టి నిర్భాగ్యులకు జ్ఞానోపదేశములయి, వారిపాలిట వరప్రసాదములయి; వారిజీవిత పురోభివృద్ధికి మూలకందములగుగాక!

దారిద్ర్యము మానవునిపాలిట శాపమా? లేక వరప్రసాదమా? అనునది మానవుని చరిత్రపయి, అతనిమానసిక స్థితిపయి ఆధారపడి యున్నది. ఈరీతిగనే ధనముకూడ మానవునిపాలిట వరప్రసాదమా లేక అభిశాపమా అనునది మానవుని మానసిక స్థితిపయి ఆధారపడియున్నది. రష్యాదేశస్థుడు, సుప్రసిద్ధ రచయిత, తత్త్వవేత్తయు నగు టాల్‌స్టాయి గొప్పజమీందారు, ధనాఢ్యుడయి యుండెను. ఆయన తనధనము కారణముగ మిక్కిలి బాధపడుచుండెడివాడు. ధనముపేరు విన్నంతనే ఆయన కృంగిపోవుచుండెడివాడు. ఒక లుబ్ధాగ్రేసరచక్రవర్తి ధనముకొఱకు ఎంత ఆతురత, ఆరాటపడుచుండునో టాల్‌స్టాయి నిర్ధనుడగుటకు అంత ఆరాటపడుచుండెడివాడు.

ఎప్పుడు మానవుని మనస్సునుండి లోభము, స్వార్థము వెడలిపోవునో ఏదినమున సారాయిత్రాగుట, సోమరితనము, దురాచారములు, భోగవిలాసములు, మానవసంఘమునుండి శాశ్వతముగ తొలగిపోవునో ఆ దినమున ధనవంతులు, నిర్ధనులు అను భేదము నశించిపోవును. ఏ కొద్దిమంది పవిత్ర హృదయములుగాతప్ప ఇప్పటివఱకు తమ కర్తవ్యముల

పాలింపని అశేషజనులు అపుడు తమ కర్తవ్యముల పరమ సంతోషముతో పాలింప నారంభింతురు. అపుడు సమస్త జనులు ఆత్మగౌరవ సమన్వితులయి, ప్రశాంత హృదయులయి తమ పరిశ్రమను సఫలమొనరించుకొందురు.

మానవుని ఆధ్యాత్మిక సామ్రాజ్యము

మానవుని మనస్సు, జీవితమే ఆతని సామ్రాజ్యము. మేము మొదటినుండి నుడువుచున్నట్లు మానవుని ఆధ్యాత్మిక సామ్రాజ్యము అత్యంత విశాలమయినది. అఖండమయినది. ఆధ్యాత్మిక సామ్రాజ్యము భౌతిక సామ్రాజ్యమునకు భిన్నమయినదికాదు. అది తనవఱకే పరిమితమయినది కాదు. అది ప్రతిమానవునితోను, సమస్తప్రకృతితోను, అతడు నివశించు పరిసరములతోను, వాతావరణములోను ఇంతయేల యావత్ప్రపంచముతోను సన్నిహితసంబంధము గలిగియున్నది. ఏవ్యక్తి తన మనస్సును జయించెనో ఆతడు సర్వప్రపంచమునే జయించినవాడగును, ఆత్మవిజయమున వలన ఆతడువివేకశిఖరాగ్రమున నధిష్ఠింపగలుగుచున్నాడు. అపుడాతడు మానవపరభావ పరిజ్ఞాతయగుచున్నాడు. అపుడాతడు మంచిచెడుగులు తెలుసుకొనగలుగుచున్నాడు. తాను గావించుకార్యముల పరిణామములను సయితము చక్కగ ఆకలింపచేసుకొన గలుగుచున్నాడు.

వర్తమానయుగమున మానవుడు రకరకముల ఆలోచనలలో మునిగి తేలుచున్నాడు. అవి తమ యిష్టమువచ్చినట్లు వానిని ఆడించుచున్నవి. కాని ఆతడు ఆ ఆలోచనలను తనవశము గావించుకొనుటలో తనజీవితమును శాసింపగలడు. తనజీవితమునే కాదు ప్రపంచమును జయించగలడు.

మూర్ఖుడు తన్ను మినహాయించుకొని ఇతరుల శాసింపగలనని తలంచుచుండును. ఈరీతిగ మూర్ఖులు బాహ్యపరిస్థితులను జక్కదిద్దుటచే తాము సుఖపడగలమని తలంచుచుందురు. కేవలము బాహ్యవిషయములవలన సుస్థిరమగు శాంతి, సుఖము లభింపజాలవు. వివేకము కలుగజాలదు. కేవల బాహ్యోపచారములవలన రోగి శరీరము స్వస్థము, సౌఖ్యవంతము కాజాలదు. మానవుడు తనమనస్సును జయించనంతవఱకు బాహ్యప్రపంచమున ఎన్ని విజయములు సాధించినను అవి అపజయములేయగును. నీపొరుగువాని స్వత్వముల అపహరించుటలో, దుర్బలుని, అమాయకుని మోసగించుటలో మనము జీవితములో విజయము సాధించినట్లుకాదు. నీ పొరుగువాని స్వత్వములను రక్షించుటలో దుర్బలులకు, దుఃఖితులకు సాహాయ్యమొనరించుటలోనే వాస్తవికమగు విజయముకలదని భావింపవలెను. మానవుడు తన మనస్సును వశపఱచుకొనినపుడు బాహ్యపరిస్థితులను తన కనుకూలము గావించుకొనుటకయి ఎక్కువ కష్టపడనక్కఱలేదు. అవి వాటంతటవే అనుకూలములు కాగలవు. అపుడాతని అంతరంగమున ఆనందస్రోతస్సు తరంగాయితమయి తనంతటది ప్రవహింపగలదు. ఏలననగా అపుడాతనికి దైవబలము లభింపగలదు. అపుడాతని జీవితము శాంతికి నిలయమగుచున్నది. అపుడాతనిపాపములు పటాపంచలములగుచున్నవి. కామక్రోధాది వికారములు విదారితము లగుచున్నవి. అపుడాతని శరీరముసయితము శక్తిమంతమగుచున్నది.

మానవుడు తనమనస్సును శాసింపగలడు. తనకుతానే యజమాని. ఆతడు తనమనస్సును నియంత్రించనియెడల ఆతని జీవితము అసంతృప్తికరముగ, అశాంతిమయముగ నుండ గలదు. ఏ మానసికశక్తులవలన మానవపతనము ఏర్పడి నదో ఆ మానసికశక్తులే ఆతని ఆధ్యాత్మికోన్నతమునకును ఉపకరించగలవు. వట్టిశరీరము పాపకార్యమును ఆచరింపదు. అది మాంసపుముద్దమాత్రమే. శరీరమును శాసింపజాలు కామక్రోధాదులను నిరోధింపగల స్వభావము, శక్తిసామర్థ్య ములు కేవలము మనస్సునకుమాత్రమే కలవు.

ప్రతిమనుష్యుడు పరిస్థితుల కనుగుణముగ తన మనస్సును ఏర్పఅచుకొనవలెను. తనమనస్సును వశ మొనరించుకొని దానిని యథోచితముగ నుంచుకొనవలెను. మనుష్యుడు చిరకాలమువఱకు బాహ్యవిషయములకు బానిసగనున్నాడు. కాని ఆతని జీవితములో ఏదోఒకనాడు ఆతని ఆధ్యాత్మికనేత్రము తెఱువబడగలదు. అపుడాతడు నేనింతవఱకు నా అసంయమిత, అపవిత్రమనస్సునకు దాసుడుగా నుంటినని గ్రహించు శుభముహూర్తము రాగలదు. అపుడాతడు మేల్కొనగలడు. ఆశుభదినము ఆతని జీవితమునకుఒక నూతనశక్తిని, నవ్యోత్సాహమును కలుగ జేయును. ఆతనివిధినే తలక్రిందు చేయును, ఆదినము భిక్షుకుని రాజుగను, అల్పబుద్ధిని మహామనీషిగను జేయగలదు. ఆ దినము ఆతని జీవితచరిత్రలో స్వర్ణాక్షరములతో లిఖింప దగియుండును. అపుడాతడు ఆధ్యాత్మికగద్దె నధిష్ఠింపగలడు.

అప్పుడాతడు తన కోరికలకు, విషయవాసనలకు దాసుడుగనుండ జాలడు. అతడెంత దీనహీన భిక్షుక స్థితినుండి ధనవంతుడుగ మారినది, ఏరీతి ఉన్నతశిఖరము ఆరోహించినది తెలిసికొని తనమనస్సులో సంభ్రమాశ్చర్య సంభరితుడగును. ఇప్పుడాతని రోజులు మారినవి ఇప్పుడాతడు తనమనోవికారముల నిర్మూలించివైచి శాంతిపథమున పయనించుచున్నాడు అప్పుడాతడు ఆ యా యుగములలో జనుల అజ్ఞాన దారిద్ర్యముల నిర్మూలించిన మహోపకారులయిన మహాపురుషుల శ్రేణికి జేరుచున్నాడు.
